อนุสรณ์

พระราชทานเพลิงศพ

นายแผน สิริเวชชะพันธ์ ต.ม.

ณ เมรุวัดมกุฏกษัตริยาราม

วันอังคารที่ ๑๐ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๖



แผน สิริเวชชะพันธ์ เข้าเฝ้าทูลละอองธุลีพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

ณ สถานีเกษตรกลาง บางเขน

วันที่ ๗ พ.ย. ๒๔๙๖



ทรงพระกรุณาโปรดเกล้า ฯ ให้คณะรัฐมนตรีชุดที่ ๓๓ เข้าเฝ้าทูลละอองธุลีพระบาท
ถวายสัตย์ปฏิญาณในการเข้ารับตำแหน่ง ณ พระตำหนักภูพิงคราชนิเวศน์
จังหวัดเชียงใหม่ เมื่อวันที่ ๒๗ ก.พ. ๑๘



คณะรัฐมนตรี ชุดที่ 35

ระลึกในพระมหากรุณาธิคุณ

ข้าพระพุทธเจ้าภริยา บุตรและธิดา ของนายแผน สิริเวชชะพันธ์ สำนึกในพระมหากรุณาธิคุณเป็นล้นเกล้าล้นกระหม่อม ที่ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ พระราชทานเพลิงศพนายแผน สิริเวชชะพันธ์ ณ เมรุวัดมกุฏกษัตริยาราม กรุงเทพมหานคร หากนายแผน สิริเวชชะพันธ์ จะหยั่งทราบโดยญาณวิถีใด ก็จะมีความปลาบปลื้มปีติชื่นชมโสมนัส และซาบซึ้งในพระมหากรุณาธิคุณล้นเกล้าล้นกระหม่อมหาที่สุดมิได้

ข้าพระพุทธเจ้าภริยา บุตรและธิดา ของนายแผน สิริเวชชะพันธ์ ขอเทอดทูนพระมหากรุณาธิคุณครั้งนี้ไว้เหนือเกล้าเหนือกระหม่อม เพื่อเป็นสรรพสิริสวัสดิ์ พิพัฒนมงคลแก่วงศ์สกุลตลอดไปชั่วกาลนาน

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ

ข้าพระพุทธเจ้า ภริยา บุตร และธิดา

(แบบ ค.)

หมายรับสั่งที่ ๓๐๒๐



สำนักพระราชวัง

๓๐ มีนาคม ๒๕๒๖

พระราชทานเพลิงศพ นายแผน สิริเวชชะพันธ์ ต.ม. อดีตสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร จังหวัดกาญจนบุรี ณ เมรุวัดมกุฏกษัตริยาราม กรุงเทพมหานคร

วันอังคาร ที่ ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๒๖ เวลา ๑๗.๐๐ น. พระราชทานเพลิง.

หวีศักดิ์ พิมพ์

หาน

วัน	หน้าที่ พนักงานพระราชพิธี
	นำหมายเรียน เจ้าภาพศพ นายแผน สิริเวชชะพันธ์ เพื่อทราบ เครื่องพระราชทานเพลิง และเจ้าพนักงานผู้เชิญมานี้ เจ้าภาพไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายอย่างใดทั้งสิ้น.

ทั้งนี้ ให้จัดการตามหน้าที่และกำหนดวันตามรับสั่งอย่าให้ขาดเหลือ ถ้าสงสัยก็ให้ถามผู้รับรับสั่ง โดยหน้าที่ราชการ

ผู้รับรับสั่ง



นายแผน สิริเวชชะพันธ์ ต.ม.

ชาตะ ๑ สิงหาคม ๒๔๕๗

มรณะ ๘ พฤษภาคม ๒๕๒๕







สมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ฯ สยามินทราธิราช บรมนาถบพิตร พระมหากษัตริย์แห่งประเทศไทย ผู้เป็นประธานของเครื่องราชอิสริยาภรณ์อันมีเกียรติยศยิ่ง มงกุฎไทย

ขอประกาศแก่ท่านทั้งหลายทั้งปวง ผู้ซึ่งจะได้พบประกาศนียบัตรนี้ให้ทราบว่า

นายแผน สิริเวชชะพันธ์

สมควรจะรับเครื่องราชอิสริยาภรณ์ได้ จึ่งทรงพระกรุณาโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมพระราชทานเครื่องราชอิสริยาภรณ์มงกุฎไทย ชั้นที่ ๓ ชื่อ ตริตาภรณ์ เป็นเกียรติยศสืบไป ขอให้มีความเจริญสุขสวัสดิ์ทุกประการเทอญ

พระราชทานตั้งแต่วันที่ ๕ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๑๘ เป็นปีที่ ๓๐ ในรัชกาลปัจจุบัน

ผู้รับสนองพระบรมราชโองการ

นายกรัฐมนตรี

ประวัติ
นายแผน สิริเวชชะพันธ์

เกิด วันที่ ๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๔๕๗
ที่บ้านสิริเวชชะพันธ์ จังหวัดกาญจนบุรี

บิดา ขุนสิริเวชชะพันธ์

มารดา นางลำเจียก สิริเวชชะพันธ์

พี่น้องร่วมมารดา

นายบุญผ่อง สิริเวชชะพันธ์ (ถึงแก่กรรม)
นายผิว สิริเวชชะพันธ์ (ถึงแก่กรรม)
นายผล สิริเวชชะพันธ์ (ถึงแก่กรรม)
นายแผน สิริเวชชะพันธ์
นายผวน สิริเวชชะพันธ์
นางบุหงา เจริญรัถ
เด็กชาย (ถึงแก่กรรม)
เด็กชาย (ถึงแก่กรรม)
นายศิลป สิริเวชชะพันธ์ (ถึงแก่กรรม)
นางบุบผา กฤษณามระ

การศึกษา จบมัธยมบริบูรณ์จากโรงเรียนวิสุทธรังษี จว. กาญจนบุรี

บุตรและธิดา

นายพลายงาม สิริเวชชะพันธ์ (ถึงแก่กรรม)
นายเผดิม สิริเวชชะพันธ์
น.ส. ผุสดี สิริเวชชะพันธ์
นายเผด็จ สิริเวชชะพันธ์
นางผ่องศรี แต้มทอง

นายชัยชุมพล สิริเวชชะพันธ์

น.ส.แผ่นทอง สิริเวชชะพนธ์

นายเผ่าพันธ์ สิริเวชชะพันธ์

นายผาสุข สิริเวชชะพันธ์

น.ส. ผลบุญ สิริเวชชะพันธ์

นายโผน สิริเวชชะพันธ์

นายผาเมือง สิริเวชชะพันธ์

นายผาไท สิริเวชชะพันธ์

น.ส ผูกจิตร สิริเวชชะพันธ์

ด.ช. ผงาด สิริเวชชะพันธ์

ด.ช. ผาดโผน สิริเวชชะพันธ์

ด.ญ. ผูกสวาท สิริเวชชะพันธ์

ถึงแก่กรรม วันอังคารที่ ๔ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๕ ด้วยโรคมะเร็งที่ถุงน้ำดี ที่โรงพยาบาลเลิศสิน รวมอายุได้ ๖๗ ปี ๙ เดือน ๔ วัน

อุดมคติ

ของ

คุณแผน สิริเวชชะพันธ์

"ไม่บังอาจข้อแย่งสิทธิและประโยชน์

ของ

ประชาชน

มาสู่ส่วนตน แม้แต่สตางค์แดงเดียว"





ถ่ายรูปร่วมกับ ม.ร.ว. เสนีย์ ปราโมช





ถ่ายเมื่อเป็น อุปนายกสมาคมผู้ปกครองและครู จังหวัดกาญจนบุรี





ขณะปราศรัยหาเสียง ผู้แทนราษฎรจังหวัดกาญจนบุรี





เมื่อครั้งดำรงตำแหน่งรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงอุตสาหกรรม
ไปสำรวจภาวะฝนแล้งกับรองนายกรัฐมนตรี เสวตร เปี่ยมพงศ์สานต์



เป็นผู้แทนประเทศไทยเข้าประชุมประเทศกลุ่มอาเซียน ระดับรัฐมนตรี
ว่าด้วยความร่วมมือทางพาณิชย์และอุตสาหกรรม
ณ กรุงกัวลาลัมเปอร์ ประเทศมาเลเซีย



ขณะตรวจเยี่ยมโรงงานทอกระสอบ



ตรวจเยี่ยมสหกรณ์อุตสาหกรรมผลิตภัณฑ์ผลไม้กระป๋อง





ตั้งสวดพระอภิธรรม ที่วัดเทพศิรินทราวาส



ภริยา บุตร ธิดา

ตำแหน่งทางการเมือง

สมัยเริ่มรับราชการเมือง (เทศบาลเมืองกาญจนบุรี)

๑. เป็นสมาชิกสภาเทศบาลเมืองกาญจนบุรีตั้งแต่

๑.๑ ตั้งแต่วันที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๔๘๒
จนถึงวันที่ ๓๑ มีนาคม ๒๔๙๒

๑.๒ ตั้งแต่วันที่ ๓ เมษายน ๒๔๙๒
จนถึงวันที่ ๓ เมษายน ๒๔๙๖

๒. เป็นเทศมนตรี เทศบาล เมืองกาญจนบุรี ตั้งแต่

๒.๑ ตั้งแต่วันที่ ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๔๘๐
จนถึงวันที่ ๑๖ มีนาคม ๒๔๘๑

๒.๒ ตั้งแต่วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๔๘๓
จนถึงวันที่ ๒๑ สิงหาคม ๒๔๘๓

๒.๓ ตั้งแต่วันที่ ๖ กันยายน ๒๔๘๔
จนถึงวันที่ ๑ สิงหาคม ๒๔๘๕

๒.๔ ตั้งแต่วันที่ ๘ พฤษภาคม ๒๔๘๙
จนถึงวันที่ ๓๑ มีนาคม ๒๔๙๒

๒.๕ ตั้งแต่วันที่ ๑๕ พฤศจิกายน ๒๔๙๒
จนถึงวันที่ ๒๔ กันยายน ๒๔๙๔

๓. เป็นนายกเทศมนตรี เมืองกาญจนบุรี ตั้งแต่

๓.๑ ตั้งแต่วันที่ ๑ สิงหาคม ๒๕๐๖
จนถึงวันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๐๘

๔. เป็นประธานสภาเทศบาลเมืองกาญจนบุรี ตั้งแต่

๔.๑ ตั้งแต่วันที่ ๒๐ กันยายน ๒๕๐๖
จนถึงวันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๐๘

สมัยเป็นสมาชิกสภาจังหวัดกาญจนบุรี

นายแผน สิริเวชชะพันธ์ ได้ดำรงตำแหน่งสมาชิกสภาจังหวัดกาญจนบุรี มาตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๐๒ — ๒๕๑๗ รวม ๓ สมัย ในขณะเดียวกันก็ได้รับแต่งตั้ง ให้ดำรงตำแหน่งประธานสภาจังหวัดกาญจนบุรี ทั้ง ๓ สมัยด้วย

สมัยแรก ตั้งแต่ปี ๒๕๐๒ — ๒๕๐๗ ได้รับแต่งตั้ง

สมัยที่ ๒ ตั้งแต่ปี ๒๕๑๒ — ๒๕๑๗ ได้รับเลือกตั้ง

สมัยที่ ๓ ตั้งแต่ปี ๒๕๑๗ — ๒๕๒๒ ได้รับเลือกตั้ง

สมัยเป็นสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร จังหวัดกาญจนบุรี

เป็นสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร จังหวัดกาญจนบุรี	ครั้งที่ ๑	พ.ศ. ๒๕๐๐
	ครั้งที่ ๒	พ.ศ. ๒๕๑๘
	ครั้งที่ ๓	พ.ศ. ๒๕๑๙
ดำรงตำแหน่ง เลขานุการรัฐมนตรีว่าการกระทรวงวัฒนธรรม		พ.ศ. ๒๕๐๑
ดำรงตำแหน่ง รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงเกษตรและสหกรณ์		พ.ศ. ๒๕๑๘
ดำรงตำแหน่ง รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงอุตสาหกรรม		พ.ศ. ๒๕๑๙
ดำรงตำแหน่ง รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงมหาดไทย		พ.ศ. ๒๕๑๙

ขยายถนนแสงชูโต บ้านโป่ง กาญจนบุรี ทำสำเร็จแน่แล้ว

แผน สิริเวชชะพันธ์ เป็นผู้จัดร้องขอทำจนสำเร็จดังหลักฐานต่อไปนี้ เพื่อให้พี่น้องชาวกาญจนบุรีได้ทราบความจริง จะได้ไม่หลงเชื่อจากผู้แอบอ้างหลอกลวงท่านทั้งหลาย

๒๖ ถนนคูเมือง จังหวัดกาญจนบุรี

วันที่ ๒ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๘

เรื่อง ขอให้ช่วยขยายถนนแสงชูโต (บ้านโป่ง — กาญจนบุรี)

เรียน อธิบดีกรมทางหลวง

ด้วยถนนแสงชูโต (บ้านโป่ง—กาญจนบุรี) ได้ทำการก่อสร้างและเปิดใช้มานานหลายสิบปีแล้วโดยมีวัตถุประสงค์ในขณะนั้นเพื่อให้เป็นการเปิดจังหวัดกาญจนบุรีสู่โลกภายนอก บัดนี้จังหวัดกาญจนบุรีได้เติบใหญ่ขึ้นมากทั้งทางด้านประชากรและเศรษฐกิจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการขนส่งพืชผลพื้นเมือง อาทิ อ้อย—มันสำปะหลัง เป็นต้น รวมทั้งผลิตพันธุ์จากอ้อยและมันสำปะหลัง จำนวนรถขนส่งประเภท ๑๐ ล้อ ซึ่งต้องใช้เส้นทาง แสงชูโต เป็นเส้นทางขนส่ง ของจังหวัดกาญจนบุรีก็มีจำนวนถึง ๒๗๐๐ คัน และเมื่อรวมกับยวดยานอื่น ๆ ที่ใช้เส้นทางเดียวกันจะมีมากกว่า ๕๐๐๐ คัน ถนน แสงชูโต ซึ่งเคยให้ความสะดวกในการขนส่งจึงคับแคบและเป็นอันตรายในการขับขี่ยวดยานพาหนะต่าง ๆ ตามสถิติรถคว่ำหรือเบียดกันในเส้นทาง แสงชูโต นี้มีสถิติสูงขึ้น และกล่าวได้ว่ามีอุบัติเหตุบนทางเส้นนี้ทุกวัน

โดยเหตุผลดังกล่าวข้างต้นและเพื่อเป็นการพัฒนาการเศรษฐกิจ ข้าพเจ้าจึงใคร่ขอความกรุณาจากท่านอธิบดีกรมทางหลวงขอได้โปรดดำเนินการขยายหรือสร้างทาง แสงชูโต ให้กว้างขวางกว่าเดิม โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าจะกรุณาดำเนินการสร้างเช่นเดียวกับถนนแบบซุปเปอร์ไฮย์เวย์ได้ จะเป็นพระคุณแก่ชาวจังหวัดกาญจนบุรีและเป็นประโยชน์แก่ประเทศชาติ

อนึ่งถ้าหากทางกรมทางหลวงขัดข้องในเรื่องเกี่ยวกับงบประมาณ ก็ขอได้กรุณาแจ้งยอดจำนวนเงินที่จะต้องใช้จ่ายเพื่อการขยายหรือสร้างทาง แสงชูโต ให้ข้าพเจ้าได้ทราบด้วยเพื่อจะได้ติดต่อขอความกรุณาจากทางการต่อไป

ขอแสดงความนับถืออย่างสูง

(นายแผน สิริเวชชะพันธ์)

ส.ส. จังหวัดกาญจนบุรี

ที่ คค. ๐๖๐๑/๙๕๗๓ กรมทางหลวง

๑๙ กันยายน ๒๕๑๘

เรื่อง ขอให้ช่วยขยายถนนแสงชูโต (บ้านโป่ง — กาญจนบุรี)

เรียน คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ส.ส. จังหวัดกาญจนบุรี

อ้างถึง หนังสือของท่าน ลงวันที่ ๒ กันยายน ๒๕๑๘

ตามหนังสืออ้างถึง ท่านได้ขอให้กรมทางหลวงพิจารณาดำเนินการขยายหรือสร้างถนนแสงชูโต ให้กว้างขวางกว้างกว่าเดิม ทั้งนี้เพื่อความสะดวกในการคมนาคมขนส่งพืชผลพื้นเมือง ความละเอียดแจ้งอยู่แล้ว นั้น

กรมทางหลวงขอเรียนชี้แจงข้อเท็จจริงให้ทราบว่า ทางสายบ้านโป่ง—กาญจนบุรี ซึ่งเป็นทางก่อสร้างตามโครงการเงินกู้ธนาคารโลกนั้น กรมทางหลวงกำลังอยู่ในระหว่างการศึกษาหาข้อมูลทางด้านเศรษฐกิจและวิศวกรรมอยู่ ซึ่งจะแล้วเสร็จใน ๒—๓ เดือนนี้ เนื่องจากกรมทางหลวงได้ตระหนักดีถึงความสำคัญของทางสายนี้ว่า จะต้องดำเนินการก่อสร้างอย่างรีบด่วน ทั้งนี้เพราะจากข้อร้องเรียนสถิติการจราจรมีปริมาณถึงวันละประมาณ ๓,๐๕๖ คัน ความสำคัญทางด้านอุตสาหกรรมซึ่งในขั้นแรกนั้น กรมทางหลวงได้มีดำริที่จะนำเส้นทางสายนี้ ออกจากโครงการก่อสร้างทางตามโครงการเงินกู้ของธนาคารโลกโดยจะเปลี่ยนมาใช้งบประมาณแผ่นดินโดยจะขอแปรญัตติงบประมาณปี ๒๕๑๙ เพิ่มเติมเพื่อทำการสำรวจและออกแบบและก่อสร้างทางสายนี้ต่อไป ทั้งนี้เพราะกรมทางหลวงทราบดีว่า หากใช้เงินกู้จากธนาคารโลกทำการก่อสร้างทางสายนี้ต่อไปแล้ว ขั้นตอนในการดำเนินการนับตั้งแต่การเจรจาขอกู้เงินมาทำการก่อสร้างจะต้องเสียเวลานาน กรมทางหลวงจึงได้แจ้งให้เจ้าหน้าที่ของธนาคารโลกทราบ เพื่อขอถอนทางสายนี้ออกจากโครงการเงินกู้ธนาคารโลก แต่จากการเจรจาเจ้าหน้าที่ของธนาคารโลกได้ให้ข้อคิดเห็นว่า ทางธนาคารโลกยินดีที่จะสนับสนุนการก่อสร้างทางสายนี้อย่างเร่งด่วนอยู่แล้ว โดยอนุมัติให้กรมทางหลวงจ้างเหมาบริษัททำการสำรวจและออกแบบรวมทั้งการดำเนินการก่อสร้างภายหลังที่การสำรวจและออกแบบสิ้นลงแล้วได้ทันทีก่อนที่จะมีการตกลงขอกู้เงินในงวดต่อไปได้ ซึ่งกรมทางหลวงก็เห็นชอบด้วย ทั้งนี้ เพื่อเป็นการแบ่งเบาภาระหน้าที่ของรัฐบาลที่จะต้องจัดสรรเงินงบประมาณมาให้กรมทางหลวง

ดำเนินการ กรมทางหลวงจึงเห็นชอบด้วยกับข้อเสนอของเจ้าหน้าที่ของธนาคารโลก และกรมทางหลวงจะได้รีบดำเนินการจ้างเหมาบริษัทให้ทำการสำรวจและออกแบบในทันทีที่การศึกษาข้อมูลทางด้านเศรษฐกิจและวิศวกรรมเสร็จสิ้นลงแล้ว และคาดว่าการก่อสร้างทางสายบ้านโป่ง — กาญจนบุรี จะดำเนินการก่อสร้างได้ในปี ๒๕๒๐ นี้

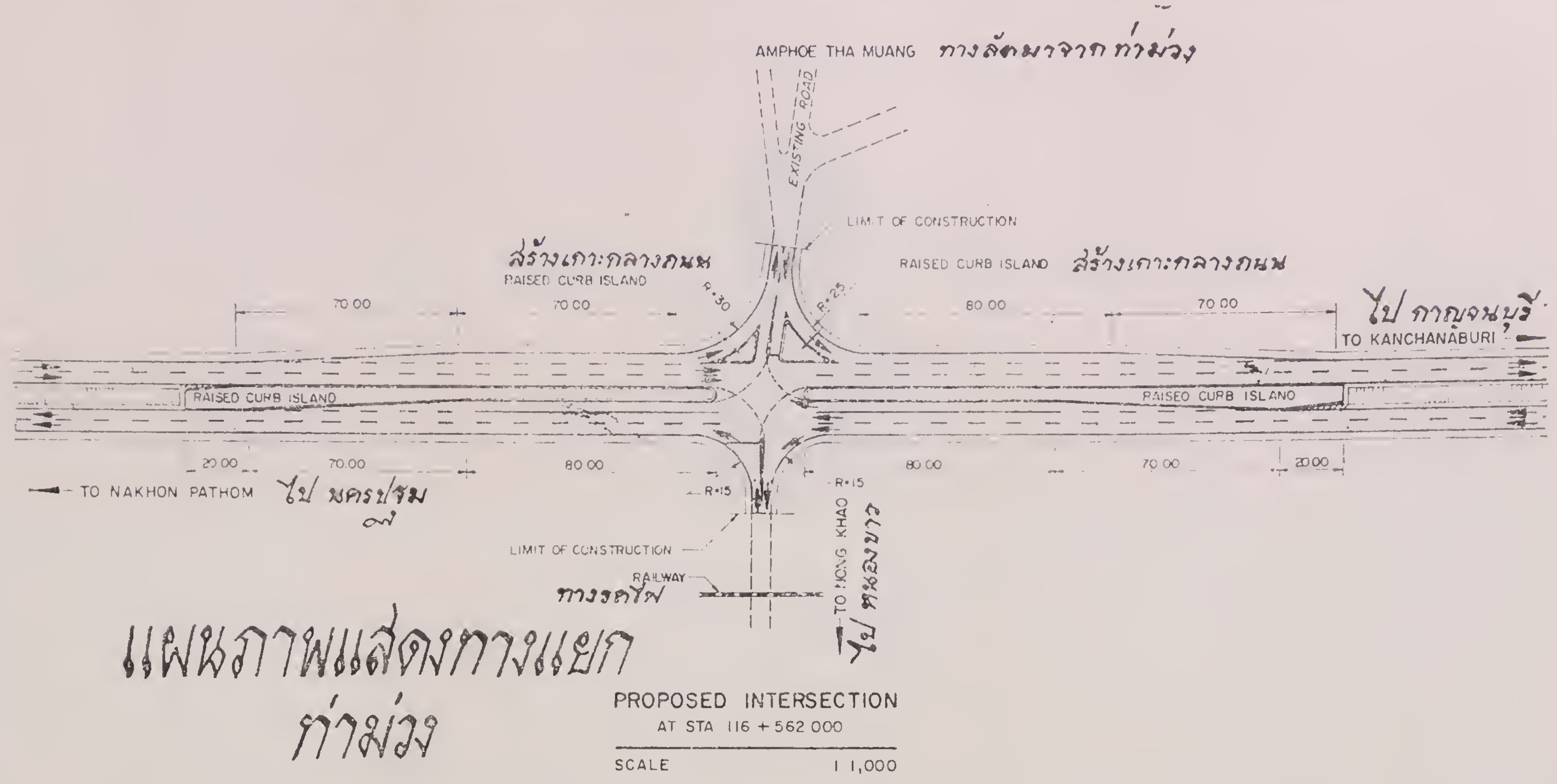
จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

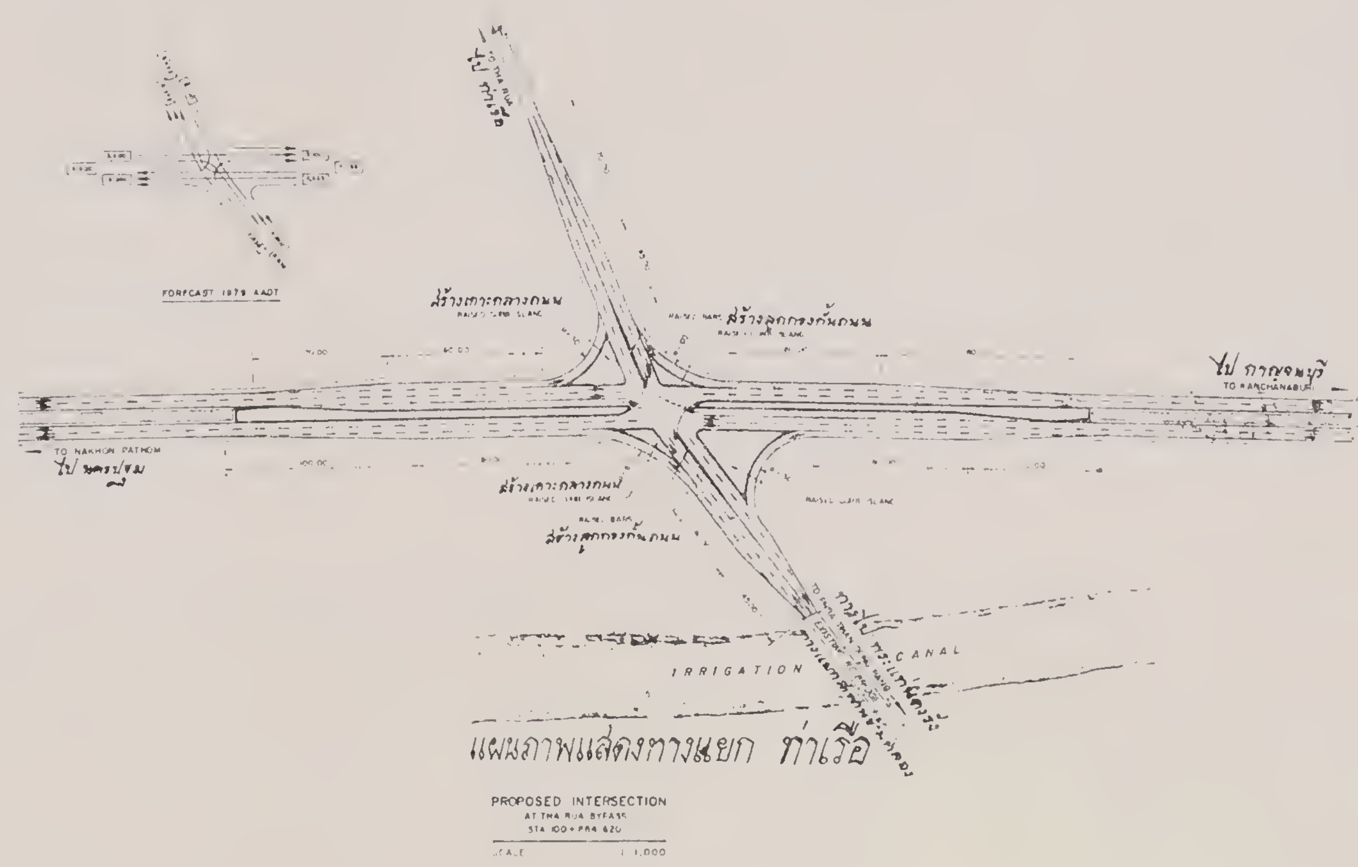
ขอแสดงความนับถือ

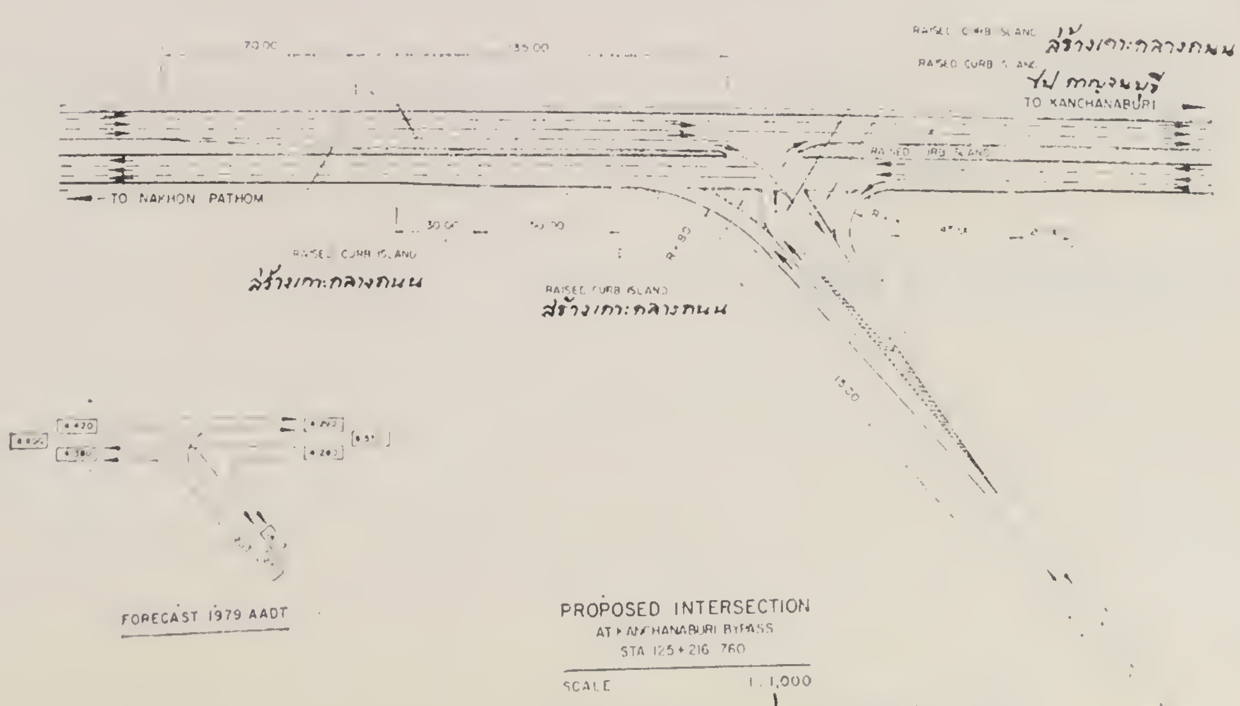
(นายเฉลียว วัชรพุกก์)
อธิบดีกรมทางหลวง

สำนักงานเลขานุการกรม
โทร. ๘๑๖๑๘๐

หลักฐานที่เขียนสำเร็จแล้วในการออกแบบ









คำอนุสรณ์

คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ได้มีชีวประวัติประกอบด้วยความสำเร็จต่าง ๆ โดยอาศัยความฉลาดสามารถของตนเองเป็นอย่างดีผู้หนึ่ง ได้ประสบความสำเร็จในธุรกิจตั้งตนได้เป็นหลักฐาน ได้ประสบความสำเร็จในทางครอบครัว สามารถมอบทรัพย์มรดกให้แก่บุตรธิดาทุกคนเพื่อดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยดี ได้ประสบความสำเร็จในด้านการเมือง เคยได้รับเลือกตั้งเป็นสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรจังหวัดกาญจนบุรี และได้เคยเป็นรัฐมนตรี เป็นชาวกาญจนบุรีผู้ได้รับแต่งตั้งเป็นรัฐมนตรีคนแรก กล่าวได้ว่าเป็นผู้ประกอบด้วยคุณสมบัติตามพระพุทธภาษิตที่ตรัสไว้แปลความว่า

๑. *ผู้หมั่นขยันประกอบธุรกิจทำให้เหมาะย่อมได้ทรัพย์*

๒. *ผู้หมั่นขยันในกระบวนการแรงงานเป็นผู้ไม่ประมาทเลินเล่อเผลอเพลิน ใคร่ครวญพิจารณาให้เห็นแจ้งประจักษ์ จัดระเบียบการงานดี พึงอยู่รับราชการ (งานเมือง) ได้ดี*

ขออุทิศส่วนกุศลที่ได้บำเพ็ญแล้วแก่คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ซึ่งได้รู้จักคุ้นเคยนับถือกันมาตั้งแต่วัยเด็ก จนถึงคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ได้จากไปก่อน

สมเด็จพระญาณสังวร

วัดบวรนิเวศวิหาร

กรกฎาคม ๒๕๒๕



๒๑๙ ถนนเอกมัย พระนคร

ครอบครัวคุณแผน ขอให้ข้าพเจ้าเขียนคำไว้อาลัยคุณแผน ผู้ซึ่งได้ล่วงลับไปแล้ว คำไว้อาลัยที่ข้าพเจ้าจะเขียนได้ดีที่สุด จะมีก็แต่สิ่งที่จดจำไว้ได้ เป็นสิ่งประทับใจที่ยังทำให้ข้าพเจ้าคิดถึงและอาลัยรักผู้ตาย

ข้าพเจ้าเริ่มรู้จักใกล้ชิดกับคุณแผน เมื่อคุณเสวตร เปี่ยมพงศ์สานต์ นำผู้แทนจำนวนหนึ่งในพรรคเกษตรสังคมมาร่วมกับพรรคประชาธิปัตย์ และเราได้ตระเวนหาเสียงเลือกตั้งด้วยกันหลายแห่ง

ในการปราศรัยหาเสียง คุณแผนพูดจากส่วนลึกของหัวใจ ซึ่งบางทีถ่ายทอดออกมาเป็นความรู้สึกค่อนข้างรุนแรง จึงสามารถตรึงผู้ฟังได้ตลอดเวลา ไม่เบื่อหน่าย

ครั้งที่ข้าพเจ้าจำได้ดี คือ เมื่อเราไปปราศรัยหาเสียงด้วยกันที่ข้างถนนหน้าตลาดเมืองกาญจน์บ้านของคุณแผนเอง

ชาวตลาดเขาจัดโต๊ะอาหารให้เราปีนขึ้นไปปราศรัย เป็นโต๊ะค่อนข้างสูงง่อนแง่นคุณแผนพูดเป็นคนสุดท้าย พวกเรานั่งฟังกันอยู่รอบ ๆ โต๊ะ

วันนั้น คุณแผนพูดด้วยอารมณ์รุนแรง เป็นพิเศษ เกี่ยวกับการโกงกินของนักการเมือง มือไม้ผัดเหวี่ยงไปตามอารมณ์ ทำให้โต๊ะที่ยืนพูด ซึ่งง่อนแง่นและค่อนข้างสูงมีอาการโซซัดโซเซ

การปราศรัยถึงจุดเดือด ข้าพเจ้าก้มลงไปจุดบุหรี่สูบ เงยหน้าไปฟังต่อ คุณแผนหายไปจากโต๊ะ ตกลงไปที่พื้นดินข้างล่าง และในทันใดก็ปีนกลับขึ้นไปปราศรัยต่อ ไม่ขาดตอน จบการปราศรัย ผู้ฟังปรบมือยกย่องเป็นพิเศษ

ข้าพเจ้าคิดถึงเพื่อนคนนี้ เพราะเวลานี้ เขาก็หายไปอีก เหมือนเมื่อเขาหายไป จากโต๊ะปราศรัย ที่หน้าตลาดเมืองกาญจน์ แต่คำปราศรัยของเขายังกังวาลไม่ขาดสาย เพราะเขาพูดว่า ตราบใดที่ยังมีการโกงกิน บ้านเมืองที่น่ารักของเราจะไปไม่รอด

แผนเพื่อนยาก

ผมรู้จักคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ เมื่อ พ.ศ. ๒๕๐๑ เมื่อคุณแผนได้รับเลือกตั้งเป็นสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรจังหวัดกาญจนบุรีเป็นครั้งแรก ในฐานะเพื่อนสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรด้วยกัน เราอยู่ร่วมกันในสภาเพียงชั่วเวลา ๖ เดือนเศษ ก็จากกันไปในเมื่อมีการรัฐประหารล้มล้างสภาผู้แทนราษฎร รัฐบาลและรัฐธรรมนูญ ตั้งแต่นั้นมาก็เกือบจะไม่ได้พบกัน มาพบกันใหม่ก็เมื่อคุณแผนได้รับเลือกตั้งเป็นสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรอีกครั้งหนึ่งเมื่อ พ.ศ. ๒๕๑๒ อยู่ร่วมกันในสภาเป็นเวลาไม่ถึง ๓ ปี ก็จากกันไปอีก เพราะเกิดรัฐประหารอีก เรามาสนิทสนมกันเมื่อมาร่วมกันก่อตั้งพรรคเกษตรสังคมกับคุณสวัสดิ์ คำประกอบ และคนอื่น ๆ อีกหลายคน ใน พ.ศ. ๒๕๑๗ เมื่อต่างได้รับเลือกตั้งเป็นสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรในปี ๒๕๑๘ พรรคเกษตรสังคมได้ร่วมกับพรรคประชาธิปัตย์ จัดตั้งรัฐบาลขึ้นเมื่อเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๑๘ ซึ่งคุณแผนก็ได้รับตำแหน่งในคณะรัฐบาลด้วยผู้หนึ่ง โดยดำรงตำแหน่งรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ แต่ก็ต้องออกจากตำแหน่งไปเมื่อคณะรัฐมนตรีไม่ได้รับความไว้วางใจจากสภาผู้แทนราษฎร

ในตอนปลายปี ๒๕๑๘ เกิดเหตุการณ์ผันผวนทางการเมืองในพรรคเกษตรสังคม ผมกับคุณแผนและเพื่อนร่วมพรรคอีก ๕ คน ได้ลาออกจากพรรค และต่อมาได้รับการเชิญชวนจาก ม.ร.ว. เสนีย์ ปราโมช ซึ่งเป็นหัวหน้าพรรคประชาธิปัตย์ให้เข้าร่วมพรรค เราจึงได้มาอยู่พรรคประชาธิปัตย์เกือบทั้งหมด และเมื่อมีการเลือกตั้งเมื่อต้นปี ๒๕๑๙ คุณแผนก็ได้รับเลือกตั้งเป็นสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรอีกเป็นครั้งที่ ๔ โดยมีพรรคประชาธิปัตย์มีสมาชิกได้รับเลือกตั้งมากที่สุด จึงได้เป็นแกนกลางจัดตั้งรัฐบาลผสมขึ้น โดยร่วมกับพรรคอื่นอีก ๓ พรรค ม.ร.ว. เสนีย์ ปราโมช หัวหน้าพรรคประชาธิปัตย์เป็นนายกรัฐมนตรี และคุณแผนได้มีตำแหน่งในรัฐบาลอีกครั้งหนึ่ง โดยดำรงตำแหน่งรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงอุตสาหกรรม

ในระหว่างที่เป็นรัฐมนตรีนี้ เมื่อผมไปสำรวจภาวะฝนแล้งในภาคต่าง ๆ คุณแผนจะร่วมเดินทางไปกับผมด้วยทุกครั้ง

รัฐบาลชุดนี้ดำรงตำแหน่งอยู่ตั้งแต่ปลายเดือนเมษายน จนถึงปลายเดือนกันยายน ๒๕๑๙ นายกรัฐมนตรีได้ลาออก รัฐมนตรีอื่น ๆ รวมทั้งคุณแผนก็ต้องออกตามไปด้วย และเมื่อวันที่ ๕ ตุลาคม ๒๕๑๙ ม.ร.ว. เสนีย์ ปราโมช ได้จัดตั้งรัฐบาลใหม่ คุณแผนได้ดำรงตำแหน่งในรัฐบาลอีกครั้งหนึ่ง เป็นครั้งที่ ๓ โดยดำรงตำแหน่งรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงมหาดไทย แต่ในวันรุ่งขึ้น คือวันที่ ๖ ตุลาคม ๒๕๑๙ ก็เกิดเหตุการณ์มหาวิปโยค และเกิดการรัฐประหารล้มรัฐบาล สภา และรัฐธรรมนูญอีกครั้งหนึ่ง ความเป็นรัฐมนตรีของคุณแผนก็สิ้นสุดลงเช่นเดียวกับผมและรัฐมนตรีคนอื่น ๆ และนั่นเป็นจุดอวสานในการดำรงตำแหน่งการเมืองของคุณแผน

หลังจากเกิดการรัฐประหาร ผมกับคุณแผนได้พากันตระเวนไปเยี่ยมเยียนเพื่อนที่เคยเป็นสมาชิกในพรรคตามจังหวัดต่าง ๆ หลายจังหวัด ทั้งในภาคกลาง ภาคเหนือ และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นทางการเมืองซึ่งกันและกัน ทำให้เราทั้งสองมีความใกล้ชิดสนิทสนมกันยิ่งขึ้น คุณแผนมีเรื่องอะไรที่เป็นปัญหา ไม่ว่าจะเป็นเรื่องในครอบครัว หรือธุรกิจ หรือเรื่องส่วนตัวก็มาปรึกษาผม ซึ่งผมก็ได้ให้คำปรึกษาและวิธีแก้ไขปัญหานั้น ๆ เสมอมา คุณแผนได้กลายเป็นเพื่อนที่สนิทที่สุดคนหนึ่งของผม

เมื่อมีรัฐธรรมนูญใหม่ และมีการเลือกตั้งในปี ๒๕๒๒ คุณแผนได้สมัครรับเลือกตั้งอีก แต่ประสบกับความพ่ายแพ้เช่นเดียวกับเพื่อนร่วมสมัยอีกหลายคน แม้จะไม่ได้รับเลือกตั้ง คุณแผนก็ยังยึดมั่นในพรรคประชาธิปัตย์อยู่ดังเดิม ได้รับการสนับสนุนให้เป็นกรรมการอำนวยการของพรรค และเป็นสื่อกลางในการเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกเก่า ๆ ตลอดมา แม้เมื่อป่วยหนักแทบจะเดินไม่ไหว คุณแผนก็อุตส่าห์ไปประชุมคณะกรรมการอำนวยการของพรรค เพื่อร่วมตัดสินปัญหาในพรรคที่มีความขัดแย้งกันอย่างหนัก

ในตอนบั้นปลายของชีวิต คุณแผนไปป่วยเป็นโรคมะเร็งในลำไส้ โดยเจ้าตัวไม่ทราบ เมื่ออาการของโรคชักจะรุนแรง ผมจึงแนะนำให้รีบไปเข้าโรงพยาบาล ซึ่งคุณแผนก็ทำตาม แพทย์ได้ทำการผ่าตัดใหญ่ ทำให้อาการดีขึ้น สามารถดำรงอยู่ได้โดยปกติ แต่สุขภาพค่อย ๆ เสื่อมโทรมลง และในที่สุดก็ต้องเข้าโรงพยาบาลรับการผ่าตัดใหญ่อีกครั้งหนึ่ง และต้องเป็นคนไข้หนัก นอนอยู่ในโรงพยาบาลเรื่อยมา ผมได้ให้คำแนะนำว่าควรจัดการ

เรื่องทรัพย์สินเสียให้เรียบร้อย แต่ไม่ได้บอกให้รู้ตัวว่า วันอวสานของชีวิตจะมาถึงในไม่ช้า เพราะเกรงว่าจะเป็นการเร่งให้ถึงวันนั้นเร็วเข้า

๒ หรือ ๓ วันก่อนที่ชีวิตคุณแผนจะสิ้น ผมได้ไปเยี่ยมคุณแผน รู้สึกว่า คงจะเห็นหน้ากันอีกวันสองวันเท่านั้น คุณแผนคงจะรู้ตัวเหมือนกันว่า คงจะอยู่ต่อไปไม่ได้นานแล้ว จึงได้เรียกคุณอำไพ และลูกที่เฝ้าดูแลอยู่ สั่งว่า ผมเป็นผู้ที่คุณแผนนับถือมากที่สุด ทิ้งไม่ได้ถ้ามีปัญหาอะไร ก็ให้ปรึกษาผม ผมจับมือคุณแผนเบา ๆ เป็นการปลอบใจ บอกว่า ไม่ต้องเป็นห่วง ทำใจให้สบาย ไม่ต้องคิดอะไรมาก ทุกสิ่งจะเรียบร้อย แล้วเราก็จากกัน เป็นการจากกันครั้งสุดท้าย เพราะอีก ๒ วัน คุณแผนก็จากเราไป ไปดีเถิด แผนเพื่อนยาก.........

(เสวตร เปี่ยมพงศ์สานต์)

๑๖ มีนาคม ๒๕๒๖

คำไว้อาลัย

ข้าพเจ้า รู้จักคุ้นเคยกับคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ในฐานะเพื่อนสนิทมาเป็นเวลานานกว่า ๓๐ ปี และได้มีความผูกพันกันแน่นสนิทยิ่งขึ้นเมื่อได้เข้ามาร่วมกระบวนการเมืองกันเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๐๑ ในขณะที่คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ได้รับเลือกตั้งให้เป็นผู้แทนราษฎรจังหวัดกาญจนบุรี ในนามของพรรคสหภูมิซึ่งเป็นพรรคสนับสนุนรัฐบาล และข้าพเจ้าได้รับพระบรมราชโองการโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมให้เป็น สมาชิกสภาผู้แทนราษฎรประเภทที่ ๒ โดยมีพลโท ถนอม กิตติขจร (ยศในขณะนั้น) พี่ชายของข้าพเจ้าดำรงตำแหน่งนายกรัฐมนตรี

รัฐบาลของ พลโท ถนอม กิตติขจร ในช่วงนั้นเป็นรัฐบาลผสมระหว่างหลายพรรคหลายกลุ่มการเมือง มีพรรคชาติสังคมและพรรคสหภูมิเป็นแกนนำ รัฐบาลชุดใดก็ตามที่มีลักษณะเป็นรัฐบาลผสมระหว่างหลายพรรคหลายกลุ่มการเมืองเช่นนี้ ย่อมจะเป็นรัฐบาลที่ไร้เสถียรภาพไม่สามารถจะบริหารราชการแผ่นดินไปด้วยความเรียบร้อย รัฐบาลของ พลโท ถนอม กิตติขจร ก็ไม่อาจอยู่เหนือกฎเกณฑ์ดังกล่าวนี้ได้ พลโท ถนอม กิตติขจร ในฐานะนายกรัฐมนตรีและรักษาการหัวหน้าพรรคชาติสังคม ได้พยายามอย่างยิ่งที่จะหลีกเลี่ยงกฎเกณฑ์ดังกล่าว ด้วยการมอบหมายให้ผู้ที่ดำรงตำแหน่งรัฐมนตรีวงใน และบุคคลสำคัญของพรรคชาติสังคมเข้ามาคอยควบคุมดูแลผู้แทนราษฎรของพรรคร่วมรัฐบาลอย่างใกล้ชิด ซึ่งข้าพเจ้าก็เป็นผู้หนึ่งที่ได้รับมอบหมายภาระกิจอันหนักหน่วงนั้น แม้กระนั้น รัฐบาลชุดนี้ก็ไม่สามารถแก้ปัญหาความยุ่งยากภายในคณะรัฐบาลผสมชุดนี้ได้ และต้องถึงจุดจบด้วยการถูกปฏิวัติโดยคณะทหารภายใต้การนำของ จอมพล สฤษดิ์ ธนะรัชต์ เมื่อวันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๐๑ หลังจากนายกรัฐมนตรีได้กราบถวายบังคมลาออกจากตำแหน่งนายกรัฐมนตรีเพียงไม่กี่ชั่วโมง

ในช่วงระยะเวลาที่ข้าพเจ้าได้รับมอบหมายให้เป็นผู้ควบคุมดูแลและประสานงานกับผู้แทนราษฎรกลุ่มหนึ่งซึ่งมีคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ อยู่ด้วยนั้น ข้าพเจ้าได้รับความร่วมมือช่วยเหลือจากคุณแผน สิริเวชชะพันธ์อย่างใกล้ชิด คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ เป็น

กำลังสำคัญที่ทำให้ข้าพเจ้าได้มีโอกาสสร้างสมบารมีในกลุ่มผู้แทนราษฎรอย่างมากมาย ซึ่งเป็นผลให้ข้าพเจ้าได้พบความสำเร็จทางการเมืองในระยะต่อมา

หลังจากเกิดการปฏิวัติเมื่อวันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๐๑ แล้ว บ้านเมืองของเราก็ถูกปกครองโดยรัฐบาลทหารซึ่งมี จอมพล สฤษดิ์ ธนะรัชต์ เป็นนายกรัฐมนตรี ภายใต้ธรรมนูญการปกครองแห่งราชอาณาจักร ซึ่งรัฐสภาแห่งชาติมีแต่สมาชิกสภาร่างรัฐธรรมนูญ ไม่มีสภาผู้แทนราษฎรซึ่งเลือกตั้งมาจากประชาชนสภาพการเช่นนี้เป็นอยู่นานถึง ๑๐ ปี ในช่วงนี้ข้าพเจ้าก็ได้รับพระบรมราชโองการโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมให้เป็นสมาชิกสภาร่างรัฐธรรมนูญด้วยผู้หนึ่ง แม้ว่าคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ จะไม่มีโอกาสเข้ามาอยู่ในวงการเมืองในช่วงนี้ แต่ความสัมพันธ์ทางส่วนตัวระหว่างคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ กับข้าพเจ้า ก็ยังคงดำรงอยู่ตลอดมาอย่างสม่ำเสมอ

หลังจากจอมพล สฤษดิ์ ธนะรัชต์ นายกรัฐมนตรีได้ถึงแก่อสัญกรรมลง เมื่อวันที่๘ ธันวาคม ๒๕๐๖ พลเอก ถนอม กิตติขจร (ยศขณะนั้น) ก็ได้รับพระบรมราชโองการโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมให้ดำรงตำแหน่งนายกรัฐมนตรี และได้รับโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมให้ดำรงยศเป็นจอมพลของทั้งสามเหล่าทัพ เมื่อจอมพล ถนอม กิตติขจร ได้เข้าดำรงตำแหน่งนายกรัฐมนตรีแล้ว ก็ดำเนินการเร่งรัดให้สภาร่างรัฐธรรมนูญพิจารณาร่างรัฐธรรมนูญให้เสร็จโดยเร็ว เพื่อจะจัดให้มีการเลือกตั้งทั่วไปและส่งเสริมให้พรรคการเมืองกลับมามีบทบาททางการเมืองอีกครั้งหนึ่ง พร้อมทั้งสั่งให้รีบจัดสร้างรัฐสภา เพื่อเตรียมรับสมาชิกรัฐสภาชุดใหม่อย่างรีบด่วน

รัฐบาลได้จัดให้มีการเลือกตั้งทั่วไปภายใต้บทบัญญัติแห่งรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช ๒๕๑๑ ขึ้นเมื่อวันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๒ ผลแห่งการเลือกตั้งทั่วไปปรากฏว่า พรรคสหประชาไทยซึ่งจอมพล ถนอม กิตติขจร เป็นหัวหน้าพรรคได้รับชัยชนะมีเสียงข้างมากและได้มอบหมายให้เป็นผู้จัดตั้งรัฐบาลโดยจอมพลถนอม กิตติขจร ได้รับโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งนายกรัฐมนตรีสืบต่อไปอีกครั้งหนึ่ง

ในการก่อตั้งพรรคสหประชาไทยเพื่อเตรียมรับการเลือกตั้งทั่วไปครั้งนี้ ข้าพเจ้าเป็นผู้ร่วมก่อตั้งพรรคด้วยผู้หนึ่ง และได้รับมอบหมายจากพรรคให้เป็นประธานคัดเลือกตัว

บุคคลที่จะส่งเข้ารับสมัครเลือกตั้งเป็นผู้แทนราษฎรทั่วประเทศ เพื่อความสำเร็จในภารกิจทางการเมืองในช่วงนี้ ข้าพเจ้าได้เชิญคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ เข้ามาร่วมมือช่วยเหลือ เพราะเห็นว่าคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ เป็นที่รักนับถือของนักการเมืองรุ่นนั้นอย่างสูง คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ เป็นกำลังสำคัญทำให้ข้าพเจ้าสามารถเลือกเฟ้นนักการเมือง เพื่อส่งเข้ารับการเลือกตั้งทั่วประเทศได้อย่างถูกต้องและยังผลให้ได้รับชัยชนะในการเลือกตั้งทั่วไปตามเป้าหมายในที่สุด จึงถือได้ว่าคุณแผน สิริเวชชะพันธ์เป็นส่วนสำคัญในความสำเร็จทางการเมืองของข้าพเจ้าและของพรรคสหประชาไทย

ในระหว่างที่ข้าพเจ้าได้รับโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมให้ดำรงตำแหน่งรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงการต่างประเทศเมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๑๒—๒๕๑๓ ข้าพเจ้ากับคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ด้วยความร่วมมือของเพื่อนนักการเมืองส่วนใหญ่ ได้วางเป้าหมายร่วมกันว่าจะพยายามรวบรวมบรรดานักการเมืองที่มีอุดมการบริสุทธิ์ เพื่อจะให้เป็นกลุ่มการเมืองหลักมุ่งพัฒนาการเมืองของชาติให้ไปสู่แนวทางอันถูกต้อง ข้าพเจ้าได้พาคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ออกไปดูงานด้านการเมืองในหลายประเทศเพื่อช่วยสร้างให้คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ซึ่งเป็นนักการเมืองที่มีอุดมการสูงส่งได้พบเห็นแนวทางการเมืองระหว่างประเทศอย่างกว้างขวางยิ่งขึ้น เพื่อจักได้ช่วยกันพัฒนาการเมืองของบ้านเมืองเราต่อไป และจากผลแห่งความกระตือรือร้นและประสบการทางการเมืองที่กว้างขวางขึ้นตามลำดับ จึงส่งผลให้คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ได้ดำรงตำแหน่งรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ในระยะต่อมา

คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ถือกำเนิดในตระกูลสำคัญของจังหวัดกาญจนบุรี ในระหว่างช่วงเวลาที่ประเทศไทยกำลังตกอยู่ในภาวะอันตรายอันเป็นผลกระทบจากสงครามมหาบูรพาเอเชีย ตระกูลสิริเวชชะพันธ์ ได้มีบทบาทสำคัญอยู่ในกระบวนการเสรีไทยภายในประเทศ และมีส่วนช่วยกอบกู้มิให้ประเทศไทยต้องตกอยู่ในสภาพประเทศผู้แพ้สงคราม คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ มีจิตใจเป็นนักเลง มีความซื่อตรงต่อมิตร ในด้านการเมือง คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ เป็นนักการเมืองที่สอาดบริสุทธิ์ มีอุดมการสูงส่ง คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ จึงเป็นที่รักนับถือของนักการเมืองทุกระดับและทุกฝ่าย

การที่คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ได้มาด่วนจากไปอย่างไม่มีวันที่จะกลับมาพบกันอีก ในระหว่างที่ข้าพเจ้ายังคงต้องต่อสู้เพื่อความถูกต้องชอบธรรมทางการเมืองในขณะนี้ ข้าพเจ้ารู้สึกว้าเหว่ที่ต้องต่อสู้โดยขาดเพื่อนคู่คิดมิตรคู่ใจอย่างคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ข้าพเจ้าไม่มีโอกาสเรียกหาคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ให้มาช่วยงานการเมืองกับข้าพเจ้าได้อีกแล้ว คงมีเหลืออยู่แต่ความทรงจำที่ไม่อาจจะลืมได้ ขอตั้งจิตอธิษฐานให้อำนาจแห่งกุศลผลบุญที่คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ได้เคยประพฤติปฏิบัติในขณะที่ยังดำรงชีวิตอยู่ จงช่วยส่งดวงวิญญาณของคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ไปสู่สุคติในสัมปรายภพด้วยเทอญ ฯ

พลตำรวจตรี

(สง่า กิตติขจร)

อาลัยคุณแผน

ถึงแม้ว่ามรณกรรมของ คุณแผน เป็นสิ่งที่เราได้คาดคิดไว้แล้ว หลังจากการเข้ารับการรักษาตัวครั้งหลังสุดของ คุณแผน ที่โรงพยาบาลเลิศสิน แต่เมื่อได้รับโทรศัพท์จากคุณอำไพ ว่า คุณแผน สิ้นลมแล้วผมก็ยังอดใจหายมิได้ การจากไปโดยไม่มีวันกลับมาอีกของคุณแผน ทำให้ผมรู้สึกว่า ผมได้ขาดอะไรไปสิ่งหนึ่ง ซึ่งสิ่งนั้นเคยวนเวียนอยู่รอบ ๆ ตัวผมมานานกว่า ๒๕ ปี

ผมกับ คุณแผน เราได้รู้จักกันมานานหลายสิบปี แต่มาสนิทสนมกันมากตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๐๐ ซึ่งเป็นปีที่ คุณแผน ได้รับเลือกตั้งเป็นผู้แทนราษฎรจังหวัดกาญจนบุรีเป็นครั้งแรก ในนามของ พรรคสหภูมิ เราได้ติดต่อไปมาหาสู่กันมิได้ขาด เราร่วมปรึกษาหารือกันทั้งทางการเมืองและส่วนตัว ไม่ว่าในขณะอยู่ในวงการเมืองหรือนอกวงการเมือง เรารักใคร่ชอบพอกันมิเพียงลำพังเราทั้งสอง แต่รวมทั้งครอบครัวของเราด้วย

คุณแผน ในสายตาของเพื่อนฝูงบางคน เป็นคนตระหนี่ถี่เหนียว แต่สำหรับผม ผมทราบดีว่า คุณแผน มิได้เป็นคนเช่นนั้น คุณแผน เป็นผู้รู้จักค่าของเงิน และรู้จักการใช้เงิน คุณแผน เป็นคนไม่ประมาทและมองการไกล สิ่งใดที่เห็นว่าถูกต้องชอบควร คุณแผน ก็พร้อมที่จะใช้เงินเพื่อการนั้นโดยไม่อั้น โดยเฉพาะในเรื่องการศึกษาของลูก ๆ คุณแผน ให้การสนับสนุนส่งเสริมอย่างเต็มที่ตลอดระยะเวลาที่ คุณแผน ยังมีชีวิตอยู่ และเมื่อคุณแผน ต้องจากลูกเมียไปครั้งนี้ คุณแผน ก็มิได้ทิ้งความเดือดร้อนไว้ให้แก่ผู้ยังอยู่แต่อย่างใด ตรงกันข้าม ลูกเมียของ คุณแผน ต่างได้รับส่วนแบ่งจากทรัพย์มรดกที่ คุณแผน ทิ้งไว้ให้เป็นจำนวนนับสิบ ๆ ล้าน โดยทั่วหน้ากัน

คุณความดีของ คุณแผน ที่ได้เสียสละเพื่อชาติบ้านเมือง เพื่อประชาชน เพื่อจังหวัดกาญจนบุรี และ เพื่อลูกเมียญาติพี่น้อง จงเป็นพลวปัจจัยส่งเสริมให้ ดวงวิญญาณของคุณแผน ประสบแต่ความสุขเกษมสำราญในสัมปรายภพชั่วนิจนิรันดร์

ขอให้ คุณแผน จงได้รับทราบถึงความรักความอาลัยของผมที่มีต่อคุณไว้ด้วย หาก ผมสิ้นชาติสิ้นภพเมื่อใด เราคงจะได้พบกันอีก

(อารีย์ ตันติเวชกุล)

อาลัยถึงคุณแผน สิริเวชชะพันธ์

ผมได้มีโอกาสได้รู้จักคุณแผนเมื่อคราวได้รับเลือกตั้งเป็นผู้แทนราษฎร ปี ๒๕๐๐ และรักใคร่สนิทสนมอย่างมากในกลุ่มที่มีทัศนแนวเดียวกัน คุณแผนเป็นผู้ที่จริงจังเอาใจใส่ในหน้าที่ของผู้แทนราษฎรมากผู้หนึ่ง ความก้าวหน้าในทางการเมือง นับว่ามีความสำเร็จอย่างดี โดยได้รับความไว้วางใจจากรัฐบาลให้ดำรงตำแหน่งเลขานุการรัฐมนตรีว่าการกระทรวงวัฒนธรรม และ รัฐมนตรีช่วยว่าการถึงสองกระทรวง ในทางส่วนตัวของคุณแผนด้านครอบครัว ก็ไม่แพ้ท่านขุนแผนแสนสท้านของพระพันวษาซึ่งก็เป็นใหญ่ในเมืองกาญจนบุรีเหมือนกัน แต่คุณแผนของเราน่าจะดีกว่า เพราะดูแลลูกเมียซึ่งมีมากเหมือน ๆ กันด้วยดี และน่าจะดีกว่าขุนแผนแสนสท้านอีก ด้วยได้สร้างสมหลักฐานไว้ให้ลูกเมียได้มิใช่น้อย

การจากไปของคุณแผนเราเสียใจมากไม่น้อยกว่าลูกเมีย และญาติของคุณแผน เพราะเราขาดมิตรที่ดีอย่างยิ่งไปคนหนึ่ง ซึ่งถ้าคุณแผนยังอยู่แล้ว แน่ละเราจะได้พึ่งพาได้เป็นอย่างยิ่ง แต่คิดว่าเป็นเรื่องธรรมดาของชีวิตที่มนุษย์ทุกคนจะต้องประสพ ชั่วแต่ว่าใครจะเร็วจะช้ากว่ากันเท่านั้น สำหรับคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ได้ใช้ชีวิตแต่เริ่มจนจบสิ้นไปด้วยความภาคภูมิ สร้างตัวมาด้วยความสามารถจนมีหลักฐานให้ลูกเมีย ได้ทำงานให้แก่ท้องที่, ท้องถิ่น, จังหวัด และชาติมามิใช่น้อย นับเป็นเกียรติประวัติที่งดงามมาก

ผมมีความรักและอาลัยถึงคุณแผน ไม่มีอะไรจะให้กันในตอนนี้ นอกจากคำรำพันที่กล่าวมากับขอกล่าวด้วยความเต็มตื้นใจไว้ ณ ที่นี้ว่า บรรดาลูกเมียและญาติมิตรของคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ทุกคนให้ถือว่าถ้าผมยังมีชีวิตอยู่ เมื่อมีภาระใดที่ผมจะกระทำให้ได้แล้ว ผมจะไม่ปฏิเสธ

ขอให้ดวงวิญญาณของคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ซึ่งจะสถิตอยู่ ณ ที่ใดจะได้รับทราบน้ำใจของผม และขอให้ประสพสุขในสัมปรายภพ ไม่ช้าหรอกที่เราคงจะได้พบกัน

ด้วยความระลึกถึงอย่างยิ่ง

(นายทนง นิยมะสินธุ)

อดีต ส.ส. และนายกเทศมนตรีเมืองนนทบุรี

๒๓ มีนาคม ๒๕๒๖

๒๓๖ ถนนระนอง ๑ สามเสน กรุงเทพ ๔

......มีนาคม ๒๕๒๖

แผน เพื่อนรัก

นับแต่เราได้รู้จักกันมาตั้งแต่สมัยเป็นเด็กนักเรียนโรงเรียนวิสุทธิรังษีด้วยกันจนถึงวันนี้เป็นเวลา ๕๕ ปี เราคิดว่า วันนี้เป็นวันที่เพื่อนมีโชคดีที่สุด เพราะเป็นวันที่เพื่อนได้รับพระราชทานเพลิงศพจากในหลวงองค์พระประมุขของชาติ นับเป็นพระมหากรุณาธิคุณอย่างยิ่ง แด่เพื่อน และ บุตร ธิดา ภรรยา ญาติพี่น้องของเพื่อนเป็นล้นพ้น โอกาส และเกียรติเช่นนี้น้อยคนนักจะพึงได้รับ ขอให้เพื่อนจงภาคภูมิใจในสัมปรายภพอย่างเต็มที่ด้วยเถิด เพราะเป็นเกียรติยศที่เพื่อนได้ประกอบขึ้นด้วยตัวของเพื่อนเอง ขอให้เพื่อนลองทบทวนความจำของเพื่อนดูก็แล้วกันว่า ตลอดระยะเวลาที่เพื่อนดำรงตำแหน่งเป็นรัฐมนตรีอยู่หลายกระทรวง และหลายครั้งนั้น เพื่อนมีแต่ความซื่อสัตย์สุจริตต่อหน้าที่อย่างหาผู้เสมอเหมือนได้ยาก เพื่อนเอาแต่งานการด้วยหวังจะให้เกิดผล และความเจริญต่อชาติบ้านเมือง ความผาสุกต่ออาณาประชาชนเป็นสำคัญ จึงเป็นการสมควรอย่างที่สุดที่เพื่อนได้รับพระมหากรุณา-ธิคุณในครั้งนี้

เราผู้เพื่อนยาก ขออุทิศกุศลผลบุญที่ได้กระทำไว้ส่งมายังเพื่อนอย่างหาประมาณมิได้ในวันนี้ หวังว่าเพื่อนคงได้รับแล้วด้วยญาณวิถีใด ๆ ที่พึงมี ขอเพื่อนจงมีแต่ความผาสุกในปรโลกตลอดไป ไม่ต้องห่วงบุตร ธิดา ภรรยา ทุกคนสบายดี เพื่อนได้สร้างสมไว้มหาศาลเพื่ออนาคตของลูก ๆ ทุกคนได้ตระหนักในพระคุณของพ่อเป็นล้นพ้น ขอเพื่อนจงสบายใจเถิด

จากเพื่อน

คำไว้อาลัย

แด่

คุณแผน สิริเวชชะพันธ์

การจากไปอย่างไม่มีวันกลับของคุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ได้ยังความเศร้าสลดใจมาสู่ผมและสมาชิกของพรรคประชาธิปัตย์ทุกท่าน เพราะนั่นหมายถึงพรรคประชาธิปัตย์และประเทศชาติได้สูญเสียนักการเมืองผู้ที่มีความสามารถและความจริงใจท่านหนึ่งไปอย่างน่าเสียดายอย่างยิ่ง

คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ เข้าเป็นสมาชิกพรรคประชาธิปัตย์เมื่อปี ๒๕๑๘ ท่านเป็นสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรจังหวัดกาญจนบุรีมาหลายสมัย ท่านเคยดำรงตำแหน่งรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงเกษตรและสหกรณ์และกระทรวงอุตสาหกรรม ในสมัยที่ท่านอาจารย์ ม.ร.ว. เสนีย์ ปราโมช เป็นนายกรัฐมนตรี ตลอดเวลาที่คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ ได้เข้ารับตำแหน่งอันทรงเกียรตินี้ ท่านได้ทุ่มเทกำลังกาย กำลังความสามารถ ให้แก่งานของประเทศชาติอย่างไม่เห็นแก่เหน็ดเหนื่อยจวบจนพ้นจากตำแหน่งไป

คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ เป็นนักสู้ที่ไม่รู้จักคำว่าแพ้ และจะไม่ยอมแพ้แก่อุปสรรคหรือปัญหาใด ๆ ทั้งในชีวิตและงานบ้านเมือง แต่ท่านก็ต้องมาพ่ายแพ้แก่โรคร้ายซึ่งเริ่มคุกคามสุขภาพของท่านตั้งแต่ปี ๒๕๒๔ จนต้องพักรักษาตัวตลอดมาจนกระทั่งถึงวันที่ ๔ พฤษภาคม ๒๕๒๕ ท่านก็จากพวกเราไปในที่สุด ซึ่งนอกจากเป็นการสูญเสียของครอบครัว "สิริเวชชะพันธ์" แล้ว ก็ยังเป็นการสูญเสียของชาวจังหวัดกาญจนบุรี ที่ต้องสูญเสียผู้แทนที่มีความจริงจังและจริงใจต่อพี่น้องประชาชนของเขาไป และพรรคประชาธิปัตย์ต้องสูญเสียกำลังอันเข้มแข็งส่วนหนึ่ง รวมไปถึงความสูญเสียทรัพยากรคนที่จะเป็นกำลังของชาติบ้านเมืองต่อไปได้ในอนาคต ถ้าหากว่าเขายังคงอยู่

ผมขอตั้งจิตอธิษฐาน ขอให้ผลานิสงส์แห่งบุญกุศลที่ท่านได้บำเพ็ญด้วยจิตอันบริสุทธิ์ตลอดมา จงเป็นดวงประทีปนำท่านสู่สุคติในสัมปรายภพด้วยเทอญ

(พิชัย รัตตกุล)
หัวหน้าพรรคประชาธิปัตย์

๔ พฤษภาคม ๒๕๒๖

อาลัยท่านรัฐมนตรีแผน ฯ

ท่านรัฐมนตรีแผน สิริเวชชะพันธ์ คือตัวอย่างของนักการเมืองที่แท้จริง ตลอดเวลาที่ผมได้ใกล้ชิดร่วมคิดอ่านการเมืองมากับท่าน รวมทั้งที่ได้ศึกษาจากอดีตของท่านก่อนที่ผมจะเข้าสู่วงการเมือง ผมได้ประจักษ์ว่า ท่านยกประโยชน์ของประชาชนและประเทศชาติไว้เป็นอันดับหนึ่ง และมุ่งรักษาประโยชน์นี้อย่างเด็ดเดี่ยว คุณสมบัติเด่นอีกอย่างหนึ่งที่ทุกคนได้ประจักษ์ก็คือ ท่านเป็นนักการเมืองที่การเมืองซึมทั่วทุกขุมขนและลึกเข้าไปในกระดูก เพราะท่านคิดถึงการเมืองชนิดที่เรียกกว่าทั้งหลับและตื่น สิ่งที่ท่านคิดก็คือ กลยุทธและกุศโลบายที่จะนำไปสู่ชัยชนะ ซึ่งท่านคิดและกระทำอย่างละเอียดและรอบคอบ คือทำอย่างที่คนผู้รับผิดชอบการใหญ่จะคิดและจะทำ

ท่านรัฐมนตรีแผน ฯ เป็นอย่างที่ผมกล่าวข้างต้นจนวาระสุดท้ายของชีวิต ผมได้ไปเยี่ยมท่านในวาระดังกล่าว ซึ่งท่านกำลังอยู่ในภาวะอ่อนเปลี้ย แต่พอผมตอบคำถามถึงเหตุการณ์ทางการเมืองของพรรค และของประเทศเท่านั้น ท่านก็คงสดชื่นแจ่มใสและสามารถยันกายพยุงตัวนั่งได้เหมือนได้ยาวิเศษ สิ่งที่ท่านพูดในวันนั้นในวันหลังถัดมาทุกครั้งที่มีผู้ไปเยี่ยมคือ ประโยชน์ของพรรค ของชาติและประชาชน

นี่คือนักการเมืองในความหมายของนักการเมืองที่แท้จริง

ขอท่านจงไปสู่สุคติ

(ดำรง ลัทธพิพัฒน์)

อาลัย คุณแผน สิริเวชชะพันธ์

ผมได้มีโอกาสรู้จักกับ พี่แผน เมื่อปี ๒๕๑๙ ซึ่งในขณะนั้นพี่แผนดำรงตำแหน่งรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงอุตสาหกรรม ส่วนผมเป็นกรรมการอำนวยการพรรคประชาธิปัตย์ และหลังจากนั้นอีกไม่นานได้มีการปฏิรูปการปกครองแผ่นดินขึ้น ผมและพี่แผนจึงไม่ค่อยมีโอกาสได้พบกันเท่าใดนัก

ต่อมาในปี ๒๕๒๒ ผมและพี่แผนได้มีโอกาสพบกันบ่อยครั้งมากขึ้น เนื่องจากพี่แผนเป็นผู้หนึ่งที่ได้ให้การผลักดันและสนับสนุนผมอย่างเต็มที่ในการเลือกตั้งเลขาธิการพรรคประชาธิปัตย์ จนกระทั่งผมได้รับตำแหน่งเลขาธิการพรรค ปชป. และต่อมาได้มีการเลือกตั้งรองหัวหน้าพรรค ปชป. ขึ้นอีก พี่แผนก็ได้มีส่วนสนับสนุนผมอย่างเต็มที่อีกเช่นเคย จึงทำให้ผมและพี่แผนมีความใกล้ชิดสนิทสนมกันมากขึ้น และตลอดเวลาที่อยู่ร่วมงานในพรรคเดียวกันนั้น ผมและพี่แผนจะมีการติดต่อและปรึกษาหารือกันอยู่เป็นประจำ ซึ่งผมพูดได้อย่างเต็มปากว่าผมให้ทั้งความรักและความเคารพนับถือพี่แผนอย่างจริงใจ เพราะพี่แผนเป็นนักการเมืองที่มีอุดมการณ์สูงเสียสละและมีความจริงใจอย่างมาก ซึ่งมักจะแสดงออกเสมอกับบุคคลที่พี่แผนรักจริงและถ้าเป็นบุคคลที่ไม่ค่อยชอบนัก พี่แผนก็มักจะแสดงออกเช่นเดียวกัน

เมื่อทราบว่าพี่แผนล้มป่วยด้วยโรคมะเร็งในลำไส้ ต้องนำส่ง ร.พ. ในครั้งแรกที่ ร.พ. หัวเฉียว ผมได้ไปเยี่ยมดูอาการ ๒ ครั้ง ด้วยความเป็นห่วงยิ่ง จนพี่แผนได้กลับไปพักรักษาตัวที่บ้านผมก็ได้มีโอกาสแวะไปเยี่ยม และต่อมาได้ทราบว่าพี่แผนต้องกลับเข้า ร.พ. เลิศสินอีกครั้งหนึ่ง ผมก็ได้ไปเยี่ยมอีกแต่ไม่คาดคิดว่าจะเป็นการพบพี่แผนครั้งสุดท้าย เพราะอีกไม่นานพี่แผนก็ได้เสียชีวิตลง ผมรู้สึกเสียใจมากทั้งเสียดายและอาลัยพี่แผนอย่างที่สุด

นับว่าการจากไปของพี่แผนในครั้งนี้เสมือนกับประเทศเราได้ขาดนักการเมืองที่มีความสามารถ ซื่อสัตย์และสุจริตไปผู้หนึ่ง แต่ถึงแม้ว่าพี่แผนจะจากไปแล้ว คุณงามความดีของพี่แผนจะยังคงจารึกอยู่ในความทรงจำของผมและเพื่อนร่วมงานตลอดมา

ผมขอผลบุญกุศลและคุณงามความดีทั้งปวงที่พี่แผนได้ยึดถือปฏิบัติมาโดยตลอดจงโปรดดลบันดาลให้ดวงวิญญาณอันบริสุทธิ์ของพี่แผนจงสู่คติในสัมปรายภพเทอญ

เฉลิมพันธ์ ศรีวิกรม์

๗ มี.ค. ๒๖

คำไว้อาลัย

แด่

คุณแผน สิริเวชชะพันธ์

คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ เป็นนักการเมืองชั้นดีมาก เป็นผู้แทนราษฎรจังหวัดกาญจนบุรีครั้งแรกปี พ.ศ. ๒๕๐๐ และได้รู้จักชอบพอคุ้นเคยรักใคร่ถูกอัธยาศัยกันดีกับผมซึ่งก็เป็น ส.ส. รุ่นก่อนมา คุณแผนเป็นคนตั้งใจทำการงานในหน้าที่อย่างจริงจังและรอบรู้การเมืองดีประสานงานติดต่อกับพรรคต่างๆ อย่างสนิทสนม แม้แต่ผมซึ่งอยู่พรรคประชาธิปัตย์และคุณแผนอยู่พรรคสหภูมิ คุณแผนก็ติดต่อและให้ความคุ้นเคยรักใคร่อย่างสนิทสนม ต่อมาคุณแผนได้มาร่วมกับพรรคประชาธิปัตย์ ก็เป็นคนสำคัญของพรรคตั้งใจช่วยพรรคอย่างแข็งขันและเป็นกรรมการบริหารพรรคช่วยติดต่อประสานงานนำคนดี ๆ มาเข้าร่วมกับพรรคประชาธิปัตย์ คุณแผนเคยเป็นรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงอุตสาหกรรมและเป็น ส.ส. หลายสมัย จึงนับว่าทำประโยชน์ให้แก่จังหวัดกาญจนบุรีและประชาชาติอย่างดีและเป็นที่รักของเพื่อน เมื่อมาด่วนจากไปจึงเป็นที่เสียดายและอาลัยเป็นอย่างยิ่ง ผลแห่งความดีของเพื่อนที่ทำไว้ ยังเป็นที่ติดตรึงใจผมอยู่และรู้สึกอาลัยเสียดายเป็นอย่างมาก คุณความดีของคุณแผนสิริเวชชะพันธ์ที่ทำไว้ขอจงเป็นปัจจัยส่งเสริมให้คุณแผน สิริเวชชะพันธ์ได้ไปเสวยสุขในสัมปรายภพด้วย เทอญ.

(เทียม ไชยนันทน์)

รองประธานสภาผู้แทนราษฎรคนที่ ๒ ส.ส. ตาก

คำไว้อาลัย

แผนกับข้าพเจ้าเป็นลูกเมืองกาญจน์ด้วยกัน ครอบครัวของเราทั้งสองสนิทกันมาแต่เดิมพ่อต่อพ่อเป็นเพื่อนกัน ลูก ๆ จึงเป็นเพื่อนกันฉันพี่น้องด้วย แผนมีอายุน้อยกว่าข้าพเจ้า ๓ ปี เมื่อเป็นเด็ก ๆ พ่อข้าพเจ้าต่อเกวียนเล็ก ๆ ๑ เล่ม ใช้เชือกมลิลาผูกลากเกวียนไปบรรทุกทรายและกรวดเม็ดเล็กจากหาดทรายท่าน้ำขึ้นมาที่บ้าน แผนเป็นเพื่อนคนหนึ่งในหลาย ๆ คนมาช่วยกันดึงลากเกวียนนั้นตอนหัวค่ำจน ๒–๓ ทุ่มด้วยความสนุกสนานโดยไม่ต้องออกปาก แล้วเพื่อนทุกคนได้กินข้าวต้มปลาหรือหมูและของหวานด้วยทุกคืน พ่อผสมปูนซิเมนต์กับกรวดทรายนั้นใส่แบบไม้เป็นแท่ง ๆ ตากแดดจนแห้งสนิท แล้วใช้ก่อกำแพงบ้านแทนรั้วไม้รวกเดิมซึ่งมีเนื้อที่เกือบ ๑ ไร่จนเสร็จ เวลาบ้านเพื่อนคนใดมีงานการอะไรเราเด็ก ๆ ก็พร้อมใจกันไปช่วยเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ วัฒนธรรมที่ดีงามเช่นนี้มีอยู่ในชนบททั่วไปในสมัยนั้น

นอกจากนี้ เรายังหัดขี่ม้าด้วยกัน เพราะสมัยนั้นมีกรมทหารม้า (ต่อมาเป็นโรงงานกระดาษ) ตั้งอยู่ใกล้วัดใต้ (วัดไชยชนะสงคราม) เมื่อเราเดินไปเรียนหนังสือที่โรงเรียนวัดใต้ซึ่งใช้ศาลาใหญ่ของวัดเป็นโรงเรียน เราต้องเดินผ่านหน้ากรมทหาร เห็นทหารจูงม้าออกมาฝึกที่สนามหญ้าหน้ากรมทหารทุกเช้า แล้วจูงม้าลงอาบน้ำที่ท่าน้ำแม่กลองหน้ากรมทหารนั้นทุกวัน ม้าทุกตัวสง่างามและคึกคนองเราจึงชอบม้าและนิยมนายทหารม้าซึ่งขี่ม้ามากินสุราอาหารที่บ้านข้าพเจ้าเป็นครั้งคราวเพราะญาติข้าพเจ้าเป็นจ่าทหารม้าอยู่ที่บ้าน พ่อของแผนได้มาแสดงฝีมือแกงเผ็ดเนื้อต่าง ๆ และผัดเผ็ดชนิดที่ผู้กินติดใจเสมอ เราจึงมีโอกาสได้ฝึกหัดขี่ม้าด้วยกันที่สนามบินหลังกรมทหาร โดยทหารผู้ฝึกจูงม้า (ของชาวบ้าน) ให้เราขี่ก่อน สอนให้รู้จักการบังคับม้าด้วยการดึงบังเหียน ด้วยหัวเข่าและด้วยส้นเท้าจนปล่อยเดี่ยวให้เราบังคับม้าได้เอง เมื่อเราควบม้าขับแข่งกันได้เองแล้ว ก็ขี่ม้าบุกป่าไปเที่ยวบ่อพลอยโดยมีเพื่อนคนหนึ่งซึ่งไปขุดพลอยอยู่ที่นั่นเป็นผู้ขี่ม้านำทางไปและกลับด้วยกันรวม ๓ คน การขี่ม้าด้วยความเร็วเป็นความสนุกอย่างยิ่ง และเรายังขี่รถจักรยานเดินทางไกลไปเที่ยวอำเภอท่าม่วงด้วยกันอีก เพราะเขามีญาติค้าขายอยู่ที่นั่นด้วย เราเคยกินร่วมกันและนิสัยต้องกันอย่างหนึ่ง

คืนใจร้อนและเปิดเผย เมื่อมีปัญหาอะไรเขาปรึกษาข้าพเจ้าเสมอ เราจึงเป็นเพื่อนกันตลอดมา

เมื่อข้าพเจ้าเรียนจบมัธยม ๓ แล้วโชคดีได้มาเรียนต่อที่กรุงเทพ ฯ เช่นเดียวกับพี่ชายข้าพเจ้าที่โรงเรียนมัธยมวัดปทุมคงคาเมื่อปี ๒๔๖๘ ส่วนแผนแม้พ่อแม่เขาจะมีฐานะดีพอที่จะส่งลูกมาเรียนต่อได้เช่นเดียวกับพี่ผ่อง—พี่ชายของเขาที่โรงเรียนสวนกุหลาบ แต่เขาไม่เรียนต่อ เขาเริ่มทำการค้าโดยขายเสื้อผ้า แบบเรียน เครื่องเขียนและเครื่องเล่นกีฬาต่าง ๆ แล้วเขาซื้อรถโดยสารขนาดใหญ่เดินระหว่างกาญจนบุรี–กรุงเทพ ฯ เขาปรึกษาว่าจะใช้ชื่อรถว่าอะไรดี ข้าพเจ้าว่าใช้ชื่อ *"เมืองขุนแผน"* ซี เขาชอบใจและใช้ชื่อนี้เป็นชื่อรถเมล์ของเขา ต่อมาเขาก็กลายเป็น *"ขุนแผน"* จริง ๆ แต่ไม่มี *"ขุนช้าง"* เป็นคู่แข่ง

เมื่อเกิดสงครามโลกครั้งที่ ๒ และญี่ปุ่นบุกเข้าประเทศไทยเช้ามืดวันที่ ๘ ธันวาคม ๒๔๘๔ แผนทำการค้าใหญ่ขึ้นจนกลายเป็นเป็นเศรษฐีสงครามคนหนึ่ง ต่อมากลางปี ๒๔๘๘ ขณะข้าพเจ้าเป็นผู้พิพากษาศาลจังหวัดพระตะบอง ก่อนญี่ปุ่นจะยอมสงบศึกในเดือนสิงหาคมปีเดียวกัน เขาจดหมายถึงข้าพเจ้าว่าญี่ปุ่นจะยอมแพ้แน่และมีข่าวว่าทางการจะยึดเงินของเศรษฐีสงคราม เขาจะทำอย่างไรดี ข้าพเจ้าตอบมาว่า ให้ซื้อที่ดินไว้ทั้งหมดและคงจะไม่ถูกยึดทรัพย์สินเพราะไม่มีกฎหมายให้ยึดในกรณีนี้เขาทำตามโดยแบ่งเงินซื้อที่นาทุ่งรังสิตไว้ ๓,๐๐๐ ไร่ เขาจึงกลายเป็นแลนด์หลอดแต่นั้นมา เพราะที่ดินขึ้นราคาเรื่อย ๆ เขาแบ่งขายและได้เงินมากขึ้น ๆ เมื่อข้าพเจ้าย้ายจากศาลจังหวัดลพบุรีเข้ากรุงเทพ ฯ ในปี ๒๔๙๗ เขาขับรถแพ็กการ์ดสีเหลืองคันใหญ่ไปรับครอบครัวมากรุงเทพ ฯ โดยข้าพเจ้าไม่ต้องใช้เงินหลวงและเมื่อลูกชายข้าพเจ้าป่วยอยู่โรงพยาบาลพระมงกุฎ เขาก็มีน้ำใจไปเยี่ยมลูก

เมื่อเขามีเงินมากขึ้น เขาเริ่มเล่นการเมืองโดยเข้าพรรคเกษตรสังคมก่อน แล้วมาเข้าพรรคประชาธิปัตย์ตลอดมา เขาได้รับเลือกตั้งหลายครั้งและได้เป็นรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงเกษตร ช่วยว่าการกระทรวงอุตสาหกรรม และช่วยว่าการกระทรวงมหาดไทยในระยะสั้น เขาเคยขอให้ข้าพเจ้าสมัครรับเลือกตั้งร่วมกับเขาโดยเขาจะออกเงินค่าใช้จ่ายให้ทั้งหมด ข้าพเจ้าปฏิเสธบอกว่าพี่ชายข้าพเจ้าเป็นผู้แทนราษฎรคนแรกได้รับบทเรียนมาแล้วและอายุมากแล้ว เล่นการเมืองไม่ไหว และได้เตือนเขาว่าต้องเรียนรู้การเมืองให้มาก ๆ ต้อง

อดทนต่อคำวิพากย์วิจารณ์ทุกกรณี ต้องยึดมั่นในอุดมคติทางการเมืองของพรรคและซื่อสัตย์ต่อพรรคของตน ทั้งในวงการเมืองจะไม่มีมิตรหรือศัตรูที่ถาวร มิตรอาจกลายเป็นศัตรูได้และศัตรูอาจกลายเป็นมิตรได้ แล้วแต่ว่ามีประโยชน์ร่วมกันหรือขัดกัน ทั้งนี้ไม่ว่าจะเป็นประโยชน์ของพรรคหรือของชาติบ้านเมืองก็ตาม จะเป็นญาติหรือมิตรกันก็ตาม และผู้มีอำนาจทางการเมืองจะแก่งแย่งอำนาจกันเองเป็นปกติวิสัย เขาทำท่างง ๆ ไม่เข้าใจ จึงบอกให้ไปอ่านดูประวัติการเมืองของโลกและของไทยภายหลังเปลี่ยนแปลงการปกครองให้ละเอียด แล้วจะเข้าใจว่าประวัติศาสตร์จะซ้ำรอยเดิมเสมอ เฉพาะอย่างยิ่งในประเทศเผด็จการหรือประชาธิปไตยจอมปลอม

เมื่อข้าพเจ้าเกษียณอายุราชการในปี ๒๕๑๖ แล้วและได้รับแต่งตั้งเป็นสมาชิกวุฒิสภาตามรัฐธรรมนูญปี ๒๕๑๗ ซึ่งเป็นรัฐธรรมนูญที่ดีที่สุดเท่าที่เคยมีมา เขาถามว่าจะเปลี่ยนใจเล่นการเมืองหรือ ตอบว่าไม่ได้เปลี่ยนใจเล่นการเมือง แต่การเมืองเล่นข้าพเจ้าเองโดยได้รับแต่งตั้งไม่รู้ตัวเลย ต่อมาเมื่อรัฐธรรมนูญที่ดีที่สุดถูกยกเลิกไปโดยมีการปฏิวัติ ข้าพเจ้าได้รับแต่งตั้งเป็นที่ปรึกษาของคณะปฏิรูป เขาเย้าหยอกข้าพเจ้าว่าเอ็งปฏิวัติกับเขาด้วยหรือตอบว่าไม่รู้ไม่เคยรู้จักหัวหน้าคณะปฏิรูปผู้แต่งตั้งเพียงแต่รู้จักนายพล ๓—๔ คนในคณะโดยเรียน วปอ. รุ่น ๗ ด้วยกัน ๒ คน เมื่อตั้งรัฐบาลธานินทร์แล้ว ซึ่งมีรัฐมนตรีประหยัดที่สุดรัฐมนตรีว่าการคลังได้ขอตัวข้าพเจ้าเป็นที่ปรึกษารัฐมนตรี แต่รัฐบาลธานินทร์อยู่ได้ไม่ครบปียังขาดอีก ๒ วันก็ถูกปฏิวัติอีก เมื่อตั้งรัฐบาลใหม่ ข้าพเจ้าได้รับแต่งตั้งเป็นสมาชิกสภานิติบัญญัติแห่งชาติ และเป็นกรรมาธิการร่างรัฐธรรมนูญที่มีบทเฉพาะกาล ๔ ปี ข้าพเจ้าได้ขอลาออกจากกรรมาธิการเพราะป่วยขาดประชุมหลายครั้ง แต่เพื่อนกรรมาธิการโทรศัพท์ขอให้ยับยั้งไว้เพราะเกรงหนังสือพิมพ์จะเข้าใจผิดว่าเราแตกแยกกัน เมื่อนายกรัฐมนตรีคนใหม่ขณะนั้นลาออกกลางสภาแล้ว ข้าพเจ้าไม่ได้เกี่ยวข้องกับการเมืองอีก ส่วนแผนก็พลาดหวังจากการเลือกตั้งครั้งสุดท้าย ทั้ง ๆ ที่ข้าพเจ้าได้เตือนเขาแล้วต้องรักษาหัวคะแนนของเราไว้ให้ดีแม้เขาจะไม่ได้รับเลือกตั้ง เขาก็ยังคงอยู่ในพรรคประชาธิปัตย์ตลอดมาจนถึงแก่กรรมด้วยโรคมะเร็ง ซึ่งไม่น่าจะเกิดขึ้นแก่เขา เพราะเขาไม่กินเหล้าและไม่สูบบุหรี่

จงไปดีเถิดเพื่อนเอ๋ย เพื่อนได้ต่อสู้กับชีวิตมาแล้วอย่างโชกโชนทั้งดีและร้าย เมื่อตัวตายไปแล้วก็จะไม่ต้องรับกรรมใด ๆ อีกต่อไป ความตายเป็นของธรรมดาที่จะต้องมาถึงในวันหนึ่งแก่ทุกชีวิต และเป็นความสงบแก่ชีวิตอย่างแท้จริงที่เจ้าตัวจะมีแต่ความสุขไปตลอดกาล เพราะ *"สุขอื่นนอกจากความสงบไม่มี"* ขอให้วิญญาณของเพื่อนจงล่องลอยไปสู่สุคติในโลกหน้า ผู้อยู่หลังจะทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้ในวันตายของเพื่อนทุกปี

ภริยาคนหนึ่งของเขาได้ปรึกษาข้าพเจ้าว่า เขาขอให้สร้างศาลาทรงไทยได้บรรจุอัฏฐิของเขาไว้ที่เมืองกาญจน์ด้วย และขอให้จัดสร้างโรงเรียนสำหรับเด็กอนาถาด้วย ข้าพเจ้าว่าเป็นความดำริชอบของเขา ควรทำให้สำเร็จตามที่เขาตั้งใจไว้ จะได้เป็นอนุสรณ์แก่วงศ์ตระกูลของเขาต่อไป วิญญาณของเขาจะได้สงบเยือกเย็นเป็นสุขตามที่เขาได้ดำริไว้ชอบแล้ว

ลูกหลานที่ยังมีชีวิตอยู่ควรระลึกถึงคำฉันท์อันเป็นอมตตลอดกาลจากหนังสือเรื่อง *"กฤษณาสอนน้อง"* ซึ่งเป็นพระนิพนธ์ของสมเด็จกรมพระปรมานุชิตชิโนรส เพื่อเป็นข้อเตือนสติ

พฤษภกาสร อีกกุญชรอันปลดปลง
โททนต์เสน่งคง สำคัญหมายในกายมี
นรชาติวางวาย มลายสิ้นทั้งอินทรีย์
สถิตทั่วแต่ชั่วดี ประดับไว้ในโลกา

(วินัย ทองลงยา)

"น้องจำได้อาลัยเหลือ

เมื่อวันที่ ๑๒ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๘๘ สงครามโลกครั้งที่ ๒ สงบลงใหม่ ๆ คุณพ่อ ได้มรณะกรรม

ไปสู่สุขคติภพ ก็คงเหลือคุณแม่--พี่ผ่อง--พี่แผน--ผวน--บุหงา--บุบผา

๒๑ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๑

น้องศิลปก็ประสพอุบัติเหตุ ถึงแก่ความตายเสียอีก ก็คงเหลือคุณแม่--พี่ผ่อง--พี่แผน--ผวน--บุหงา--บุบผา

วันที่ ๑๒ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๑๕

คุณแม่ ก็มาจากพวกเราไปสู่สุขคติภพอีก สุดอาลัยใจจะขาด พวกเราที่เหลือเป็นอันต้องกำพร้าทั้งพ่อและแม่ คงเหลือพวกเรา พี่ผ่อง--พี่แผน--ผวน--บุหงา--บุบผา

วันที่ ๙ มกราคม พ.ศ. ๒๕๒๕

พี่ผ่องได้ถึงแก่กรรมด้วยโรคหัวใจหายกระทันหัน พวกเราว้าเหว่ เหลือพี่แผน--ผวน--บุหงา--บุบผา

วันที่ ๔ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

พี่แผน ก็มามรณะกรรมลงอีก เป็นอันว่าเราน้อง ๆ นอกจากจะกำพร้าพ่อกำพร้าแม่ ก็มากำพร้าพี่อีก สุดอาลัยใจว้าเหว่ คงเหลือ น้อง ๆ สามชีวิต

ผวน--บุหงา--บุบผา

ท่ามกลางบรรยากาศแห่งความเศร้าสลดใจ ของวันที่ ๔ พ.ค. ๒๕ ประมาณบ่าย ๓ โมงครึ่ง เป็นเวลาที่ทำให้พวกเราทุกคนทั้งตกใจ และเสียใจอย่างที่สุด คือ คุณพ่อได้จากพวกเราไปแล้ว แต่สิ่งที่ยังคงอยู่ ให้พวกเราทุกคนภาคภูมิใจ ในตัวคุณพ่อก็คือ คุณความดีของคุณพ่อ และความทรงจำแห่งชีวิตที่พวกเราได้ร่วมกันมา

คุณพ่อเป็นคนรุ่นเก่า ที่มีความจงรักภักดี ต่อชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์อย่างแท้จริง ดังจะเห็นได้ในระยะที่คุณพ่อดำรงตำแหน่งทางการเมือง คุณพ่อเป็นคนที่มีอุดมคติสูง ประกอบด้วยความซื่อสัตย์สุจริต เป็นธรรมประจำใจที่ยึดมั่น ท่านเป็นผู้ที่เคร่งครัดต่อระเบียบวินัยและ หน้าที่ เป็นผู้ที่ใช้เหตุผลในการตัดสินใจ และกล้ารับผิดชอบในสิ่งที่ท่านได้กระทำลงไป ซึ่งเป็นตัวอย่างที่ดีสำหรับพวกเราที่จะต้องนำมาประพฤติและปฏิบัติต่อไป สิ่งที่พวกเราทุกคนตระหนักดีก็คือ คุณพ่อเป็นผู้ที่มีความพากเพียร มีความมานะอดทน มีความยุติธรรม มีความละเอียดถี่ถ้วน ท่านใช้เวลาส่วนใหญ่กับการทำงานอย่างจริงจังตลอดมา โดยไม่เคยย่อท้อต่ออุปสรรคใดๆ ดังนั้น คุณพ่อจึงประสบความสำเร็จกับการงานที่ท่านได้กระทำลงไปอยู่เสมอ ไม่ว่าในด้านธุรกิจ ด้านการเมือง

คุณพ่อจากไปแล้ว แต่พวกเราทุกคนรู้สึกเหมือนคุณพ่อยังอยู่ ใจของพวกเราทุกคนยังรู้สึกถึงคุณงามความดี ความรัก ความเมตตา ความเอาใจใส่ ความเป็นห่วงของท่านที่มีต่อเราอยู่เป็นนิจ คุณพ่อสร้างสมบุญกุศลและคุณงามความดีไว้มาก พวกเราทุกคนขอสมทบด้วยอำนาจแห่งกุศลทั้งหลายที่บรรดาลูกหลานได้บำเพ็ญแล้ว จงประกอบกันบันดาลเป็นปัจจัยนำคุณพ่อไปสู่สุคติในสัมปรายภพด้วยเทอญ.

ภริยา บุตรและธิดา

พรหมวิหาร

ของ

สมเด็จพระญาณสังวร (สุวฑฺฒโน)

วัดบวรนิเวศวิหาร

ธรรมหมวดหนึ่งซึ่งสำคัญและจำเป็นสำหรับการครองชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างร่มเย็นเป็นสุข คือพรหมวิหารธรรม ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหม หรือธรรมที่ทำให้เป็นพรหม ความหมายง่ายๆ ตรงไปตรงมา ก็คือพรหมทั้งหลายมีธรรมนี้ ผู้ไม่มีธรรมนี้ครบถ้วนไม่ใช่พรหม เป็นพรหมไม่ได้ ถึงเป็นเทวดาก็ตาม ไม่มีธรรมนี้ ก็ไม่ใช่พรหม แต่ถ้ามีธรรมนี้บริบูรณ์ แม้เป็นมนุษย์ก็เรียกได้ว่าเป็นพรหม

ชักชวนกันทำอะไร เป็นอะไร มาก็มากมายนักแล้ว มาชักชวนกันเป็นพรหมบ้างน่าจะดีเหมือนกัน ก่อนอื่นก็มาศึกษาให้รู้ให้เข้าใจเสียก่อน ว่าธรรมที่ทำให้เป็นพรหม คือพรหมวิหารธรรมคืออะไร

พรหมวิหารธรรมคือ ๑. เมตตา ๒. กรุณา ๓. มุทิตา ๔. อุเบกขา ทั้ง ๔ นี้ เป็นที่คุ้นหูคุ้นปากกันมานักต่อนักแล้ว แต่จะให้เกิดผลเป็นประโยชน์ได้จริงจะต้องทำให้คุ้นใจ คือเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับใจด้วย

เมตตาคือปรารถนาให้เป็นสุข กรุณา ช่วยให้พ้นทุกข์ มุทิตา พลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุข และอุเบกขา วางใจเฉย วางใจเป็นกลาง ไม่ยินดียินร้ายกับความสุขความทุกข์ความได้ดีได้ชั่วของผู้ใด รวมทั้งของตนเองด้วย

เมตตา ปรารถนาให้เป็นสุขนั้นก็เช่นเดียวกับพรหมวิหารธรรมอีก ๓ ประการ คือ มีความหมายสองนัย คือมีความหมายที่ตื้น และความหมายที่ลึก เข้าใจและปฏิบัติได้ทั้งง่ายและทั้งยาก ในโอกาสนี้จะพยายามช่วยทำความเข้าใจถูกให้เกิดขึ้นแก่บรรดาท่านผู้สนใจจะบริหารจิตให้เป็นพรหมทั้งหลาย

เมตตา ปรารถนาให้เป็นสุข แม้อธิบายเพียงเท่านี้ก็เข้าใจกันได้แล้วว่าเมตตาคืออย่างไร ปรารถนาให้เป็นสุข ปรารถนาหมายถึงมุ่งหวัง มุ่งหมาย ปรารถนาให้เป็นสุขก็

คือมุ่งหมายหรือมุ่งหวังให้เป็นสุข แม้ตั้งปัญหาว่าให้ผู้ใดเป็นสุข ก็จะมีคำตอบว่าให้ผู้อื่นเป็นสุข และให้ตัวเองเป็นสุขด้วย ไม่ใช่จะให้ผู้ใดผู้หนึ่งเป็นสุขเท่านั้น ต้องให้เป็นสุขทั้งสอง นี้แหละคือความหมายที่แท้ของเมตตา ส่วนมากเข้าใจว่าเมตตาคือปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุขเท่านั้น ไม่ได้รวมถึงตัวเองด้วย ความเข้าใจเช่นนี้ถึงจะแสดงน้ำใจอันดีงาม แต่ก็ไม่ถูก สิ่งใดที่ไม่ถูก ก็ผิด ก็ต้องแก้ไข คนอื่นก็มีชีวิต ตนเองก็มีชีวิต ปรารถนาให้คนอื่นเป็นสุข ก็ต้องปรารถนาให้ตนเองเป็นสุขด้วย จึงจะถูกต้อง ไม่มีอะไรแตกต่างกันในความเป็นชีวิตทั้งผู้อื่นและตนเอง ถ้าปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุขเท่านั้นไม่รวมตนเองด้วย การปฏิบัติผิดย่อมตามความปรารถนาที่ผิดนั้นมาอย่างแน่นอน และเมื่อปฏิบัติผิด ผลก็ต้องผิด จะเป็นผลที่ถูกต้องไม่ได้

ผู้ที่เข้าใจความหมายของเมตตาผิดไปดังกล่าว ยิ่งเป็นผู้ที่มีเมตตามากเพียงใดก็ยิ่งปฏิบัติผิดก่อให้เกิดผลผิดมากเพียงนั้น มีเมตตาก็เหมือนไม่มีเมตตา โดยเฉพาะแก่ตนเอง คือไปมุ่งปรารถนาให้ผู้อื่นฝ่ายเดียว จนฝ่ายตัวเองต้องเป็นทุกข์ การทำให้ตัวเองก็ตามต้องเป็นทุกข์ แม้จะปรารถนาให้ใคร ๆ อีกหลายคนเป็นสุข ก็ไม่เรียกว่าเป็นเมตตาอย่างถูกต้องแท้จริง เมตตายังผิดพลาดบกพร่อง ไม่สมบูรณ์ ผิดจากเมตตาที่แท้จริงในพรหมวิหาร

พระพุทธศาสนาสอนให้แผ่เมตตาปรารถนาให้เป็นสุข และให้แผ่ให้ตนเองก่อน ผู้อื่นเป็นอันดับต่อ ๆ ไป ก็เป็นไปตามเหตุผลธรรมดาที่ถูกต้อง คือผู้ใดจะให้อะไรใครได้ผู้นั้นต้องมีเสียก่อน ผู้ไม่มีจะให้ได้อย่างไร ผู้ไม่มีให้ไม่ได้ จะปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุขได้ก็เช่นกัน ถ้าตนเองไม่เป็นสุข จะมีความสุขที่ไหนไปแผ่ให้ผู้อื่น ตนเองต้องมีสุขก่อนจึงจะแผ่เมตตาปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุขได้ ฉะนั้นจึงต้องปรารถนาให้ตนเองเป็นสุขก่อน ต้องทำตนเองให้เป็นสุขก่อน ให้มีสุขก่อน เมตตาที่แท้จริงถูกต้องจึงเป็นเช่นนี้ คือเมตตาตนแล้วก็เมตตาคนอื่นต่อไป ไม่ใช่เมตตาแต่ผู้อื่น และก็ไม่ใช่เมตตาแต่ตนเอง

เมตตาที่ถูกนั้นต้องปรารถนาให้ตนเองเป็นสุขก่อน ทำตนเองให้เป็นสุขก่อน ให้มีสุขก่อน เพราะการแผ่เมตตานั้นไม่ใช่การพูดแต่เพียงปาก หรือนึกส่ง ๆ ไปเหมือนนึกถึงเรื่องอะไรทั้งหลาย การแผ่เมตตาที่ถูกต้องเพื่อให้เกิดผลจริงต้องแผ่ออกไปจากใจที่อ่อนละมุน และใจจะอ่อนละมุนสามารถแผ่เมตตาออกไปเพื่อผู้อื่นได้ก็ต้องเป็นใจที่สงบจากความทุกข์

ความร้อน จากความโลภโกรธหลง อย่างน้อยก็ในชั่วระยะเวลาที่ปรารถนาจะแผ่เมตตาออกไป ใจที่กำลังทุกข์กำลังร้อนด้วยความโลภโกรธหลงจะไม่มีพลังเมตตาแผ่ไปได้เลย คิดดูง่าย ๆ ก็จะเห็น เช่นเวลาโกรธผู้หนึ่งผู้ใดก็ตาม ตนเองก็ร้อน ตนเองก็ยังไม่แผ่เมตตาให้ตนเองหายร้อน ให้เป็นสุข แล้วความเมตตาปรารถนาให้ผู้ที่ตนโกรธเป็นสุขจะเกิดได้อย่างไร เมตตาจะไม่เกิดขึ้นเลย จะไม่แผ่ออกไปได้เลย ทั้งเพื่อตนเองและเพื่อผู้ใดก็ตาม ตรงกันข้ามกลับจะมีแต่ความไม่เมตตาปรารถนาไม่ให้เป็นสุขเสียด้วยซ้ำ

การเมตตาตนเองทำใจตนเองให้เป็นสุขก่อนจึงเป็นความจำเป็นอย่างยิ่ง ก่อนจะเมตตาผู้อื่นได้ต่อไป ใจตนเองเป็นสุขเพียงไร สงบจากความร้อน มีความเยือกเย็น อ่อนละมุน เพียงไร จะสามารถแผ่เมตตาไปยังผู้อื่นได้กว้างขวางเพียงนั้น ขอให้เข้าใจเช่นนี้และขอให้แก้ไขที่ผิดให้ถูกต้อง ใจตนเองเป็นทุกข์เป็นร้อนอยู่ตราบใด ตราบนั้นความหวังดีต่อผู้ใดก็ไม่เกิด เมตตาต่อผู้ใดก็ไม่ได้ ด้วยเหตุนี้ผู้ที่มีใจเป็นทุกข์มีใจร้อนเร่าจนถึงปรากฏออกมาทางกายทางวาจาเป็นความร้อนความแรง จึงเป็นผู้ที่ผู้รู้เห็นทั้งหลายเห็นว่าไม่มีเมตตาทั้ง ๆ ที่ความจริงผู้นั้นก็มีความปรารถนาให้บุคคลบางคนบางพวกเป็นสุข แต่เมื่อไม่แผ่เมตตาให้ตนเองก่อน ไม่ทำใจตนเองให้เป็นสุขมีความเย็นความอ่อนละมุนก่อน เป็นการไม่ถูกต้องตามความหมายที่แท้จริงของเมตตา ก็กลับกลายเป็นไม่เมตตาไป จึงพึงสังวรระวังอย่างยิ่งเมตตาตนเองเสียก่อน ด้วยการทำใจตนเองให้สงบจากโลภโกรธหลง จนเยือกเย็นเป็นสุขอ่อนละมุนละไมเสียก่อน จึงจะถูกต้อง จึงจะเป็นเมตตาที่แท้จริงได้

เมตตาผู้อื่นแต่ไม่เมตตาตนเองก่อน ก็ไม่ได้ ก็ไม่ถูก ปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุขจนตัวเองเป็นทุกข์ ก็ไม่ได้ ก็ไม่ถูก ไม่มีผู้ใดที่จะยอมรับความไม่ถูก นอกเสียจากไม่รู้เมื่อรู้แล้วก็จะต้องแก้ไขที่ไม่ถูกให้เป็นที่ถูกด้วยกันทั้งนั้น ให้สังเกตดูความถูกไม่ถูกเกี่ยวกับเมตตานี้ที่ใจตนเองนั่นแหละ ไม่ต้องไปดูที่ไหนอื่นทั้งนั้น ถ้าใจตนเองเป็นทุกข์เป็นร้อนแล้วไม่ทำให้สงบให้เย็นเสียก่อน มุ่งแต่จะไปเมตตาผู้อื่น นั่นแหละผิด นั่นแหละต้องแก้ไขโดยด่วน

พระพุทธเจ้าผู้ทรงตรัสรู้รับสั่งว่าใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน ทุกสิ่งสำเร็จด้วยใจนี้หมายถึงทั้งทางดีและทางไม่ดี ใจดี ทุกสิ่งที่ทำสำเร็จใจก็เป็นสิ่งดีด้วย ใจไม่ดี ทุกสิ่งที่

ทำสำเร็จด้วยใจก็เป็นสิ่งไม่ดีด้วย เท่าที่ปรากฏโดยทั่วไปก็เชื่อเช่นนี้อยู่แล้ว เห็นได้จากทั่ว ๆ ไป เมื่อปรารถนาจะต้องการเมตตาก็จะต้องไปขอจากท่านผู้ที่ตนมั่นใจว่าเป็นผู้มีศีลมีธรรม คือมีใจที่ดีนั่นเอง ไม่ปรากฏว่ามีผู้ใดไปขอให้คนไม่มีศีลไม่มีธรรมแผ่เมตตาให้ นี่ก็ไม่ต้องไปดูคนอื่นคนไกล ดูตัวเราเองของทุกคนนี้แหละ ดูใจเราเองของทุกคนนี้แหละ แล้วก็จะเห็น ท่านที่มีใจที่ดีมีศีลธรรมใคร ๆ เขายกย่องกันมาก ๆ พูดถึงกันเสมอ ๆ ใจของเราก็อยากจะไป และถ้ามีโอกาสเราก็จะไป ไปเพื่อขอรับเมตตาจากท่านนั้นแหละ พระที่ท่านมีลูกศิษย์มีผู้ศรัทธามาก ๆ ก็ล้วนเป็นพระที่ปรากฏว่ามีใจดีมีศีลมีธรรมที่พวกเราเชื่อมั่นว่าจะแผ่เมตตาให้พวกเราได้ และจากเมตตาที่ท่านแผ่ให้นั้น เราพากันเชื่อว่าจะได้รับความสุขความสำเร็จต่าง ๆ ที่ปรารถนา นี่ก็แสดงว่าเราพากันเชื่อถูกต้องตามความจริง ว่าทุกสิ่งสำเร็จด้วยใจ ใจเป็นอย่างไรจะยังให้เกิดผลสำเร็จเช่นนั้น เมื่อเข้าใจถูกในขั้นนี้แล้วก็ขอให้เข้าใจถูกต่อไปด้วย ว่าเราจะต้องพากันทำใจ ทำใจให้เป็นอย่างไรใจก็จะเป็นอย่างนั้น ทำใจให้ดีใจก็จะดี ทำใจให้ไม่ดีใจก็จะไม่ดี ใจจะไม่ดีเองและไม่ร้ายเอง ใจจะไม่ส่งพลังออกไปได้ถ้าใจไม่มีพลัง นี้รวมทั้งพลังที่ดีและพลังที่ไม่ดี ถ้าใจมีพลังที่ดีก็จะส่งพลังที่ดีออกไปได้เช่นพลังแห่งเมตตา ถ้าใจมีพลังไม่ดีก็จะส่งพลังที่ไม่ดีออกไปได้ เช่นพลังแห่งความร้อนแรงเป็นความทุกข์

ได้กล่าวแล้วว่าผู้จะเมตตาใครได้ต้องเมตตาตนเองก่อน คือต้องทำใจตนเองให้เยือกเย็นเป็นสุขก่อน ไม่เช่นนั้นก็จะเมตตาผู้อื่นไม่ได้ ใจไม่มีพลังเมตตาพอจะเผื่อแผ่ไปให้ผู้อื่นเป็นสุขได้ พึงทำความเข้าใจให้ถูกต้องในข้อนี้ ไม่เช่นนั้นอาจจะเห็นผิดไปว่าการเมตตาตนเองก่อนเป็นการเห็นแก่ตัว

การทำใจตนเองให้สงบเย็นจะเรียกว่าเป็นการเห็นแก่ตัวไม่ได้เลย เพราะไม่มีผู้ใดต้องเสียประโยชน์จากเหตุนี้เลย ถ้าคิดว่าผู้เมตตาตนเองก่อด้วยการทำใจตนเองให้เยือกเย็นเป็นสุขเป็นการเห็นแก่ตัว ก็ขอให้พยายามคิดให้ปรากฏออกมาให้ได้ ว่ามีผู้ใดต้องเสียประโยชน์เพราะเหตุนี้บ้าง เสียอย่างไร หากไม่ปรากฏก็จงยอมรับเถิด ว่าการเมตตาตนเองก่อนนั้นเป็นการดีที่ไม่มีจุดด่างพร้อย ไม่เป็นการเสียหายแก่ผู้ใดเลย ตรงกันข้ามจะเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นกว้างขวางสืบไป คนใจดีคนเดียวสามารถทำให้เกิดความร่มเย็นเป็นสุขได้

มากมายนัก เช่นเดียวกับคนใจไม่ดีคนเดียวก็สามารถทำให้เกิดความทุกข์ความร้อนได้มากมายนัก เมตตาตนเองก็คือทำตนเองให้มีใจที่ดีนั่นเอง ทำให้ได้เสียก่อน ทำใจของตนเองให้เยือกเย็นเป็นสุขมีเมตตาเสียก่อน แล้วเมตตานั้นจึงจะแผ่ไปถึงคนอื่นได้ ไม่ว่าคนใกล้คนไกลก็จะรับได้ แต่เมตตาที่อยู่ในใจผู้ให้ที่สงบเย็นบรรเทาเบาบางแล้วจากความโลภความโกรธความหลงเท่านั้น

ใจที่บางจากกิเลสคือโลภโกรธหลง มีความสงบ เป็นใจที่ไม่มืด มีแสงสว่าง คือมีปัญญาจะรู้ได้ถูกต้องพอสมควร ว่าเมื่อใดควรจะแสดงเมตตาต่อใครอย่างไร นี้สำคัญอย่างยิ่งด้วยเหมือนกัน สักแต่ว่าเมตตาเรื่อยไปก็ถูกต้องอยู่ถ้าหากว่าเป็นเรื่องของเมตตาที่ปรากฏอยู่ในใจเท่านั้น แต่ถ้าแสดงออกทางกายทางวาจาแล้ว เมตตาต้องอาศัยปัญญา เพราะปัญญาเท่านั้นที่จะช่วยพิจารณาได้ถูกต้อง ว่าควรแสดงเมตตาต่อผู้ใดอย่างไรเมื่อใดจึงจะเป็นคุณไม่เป็นโทษ ทั้งแก่ตัวเองและแก่ผู้อื่น กล่าวเช่นนี้ก็เพราะในบางกรณีนั้นฝ่ายที่ได้รับเมตตาเป็นฝ่ายได้รับคุณไป แต่ฝ่ายตรงกันข้ามกันกลับได้รับโทษ ถ้าเป็นไปโดยสมควรก็ควรอุเบกขาคือวางใจเป็นกลางได้ แต่เพื่อป้องกันมิให้เกิดโทษแก่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งโดยไม่สมควร การแสดงเมตตาจึงต้องอาศัยปัญญาประกอบ

เมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลก โลกก็ไม่ใช่อะไรอื่น โลกก็คือเขาคือเรานี่แหละ เข้าใจเสียง่าย ๆ เช่นนี้เป็นถูกต้อง เมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลกก็คือเมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนสนับสนุนส่งเสริมเราและเขา โลกไม่ได้หมายถึงเขาฝ่ายเดียว แต่หมายรวมถึงเราด้วย อย่าลืมนึกถึงความจริงนี้ และให้เมตตาของเราต่อตัวเราเองด้วย ต่อเขาทั้งหลายด้วย เมตตาจึงจะเป็นเครื่องค้ำจุนโลกสมบูรณ์ตามความหมายจริง ๆ

เมื่อผู้ใดเมตตาตนเองถูกต้อง ใจของผู้นั้นจะสงบเย็น เป็นทางให้เกิดปัญญา และปัญญานั้นเป็นแสงสว่างเป็นดวงแก้วประเสริฐเลิศค่า จนมีคำกล่าวว่าปัญญาเป็นรัตนะของนรชน คือคนมีปัญญาเหมือนคนมีแก้วประเสริฐสารพัดนึกก็ว่าได้ แต่ปัญญาอันเป็นแก้วสารพัดนึกนี้จะเกิดแก่จิตใจที่สงบเบาบางจากกิเลสโลภโกรธหลงเท่านั้น ปัญญาเช่นนี้เป็นสัมมาปัญญาหรือสัมมัปปัญญา มิใช่มิจฉาปัญญาหรือมิจฉัปปัญญา มิจฉาปัญญาจะไม่เกิดแก่แก่จิตใจที่สงบเบาบางจากกิเลสโลภโกรธหลงและจะไม่ใช่เป็นปัญญาที่เป็นแก้วสารพัดนึก

มีคำไทยสองคำที่ความหมายจริงแตกต่างกัน คือคนมีปัญญากับคนเจ้าปัญญา คนมีปัญญาคือคนมีสัมมาปัญญา คนเจ้าปัญญาคือคนมีมิจฉาปัญญา คนมีสัมมาปัญญาคือคนที่เมตตาตนเอง คนมีมิจฉาปัญญาคือคนที่ไม่เมตตาตนเองก็ด้วยเหตุผลดังกล่าว สัมมาปัญญาจะเกิดแก่จิตใจที่สงบจากกิเลสโลภโกรธหลงเท่านั้น แต่มิจฉาปัญญานั้นตรงกันข้าม จะเกิดแก่จิตใจที่ร้อนด้วยกิเลสโลภโกรธหลง คือจิตใจของคนที่ไม่เมตตาตนเอง

พระพุทธศาสนาสอนให้ดูตัวเอง สอนตัวเอง แก้ตัวเอง ฉะนั้นก็ดูตัวเราเองนี้แหละให้อบรมเมตตาให้ถูก แสดงออกให้ถูก เมตตาในใจให้มีอยู่อย่างถูกต้องคือสม่ำเสมอเป็นหนึ่งอันเดียวกับใจ ไม่เลือกผู้รับว่าเป็นพวกเขาพวกเรา เป็นคนผิดคนถูก เป็นคนรวยคนจน หรือเป็นคนดีคนชั่ว เป็นมิตรเป็นศัตรู แต่การแสดงออกต้องถูกต้องด้วย ลงโทษไม่ว่าหนักหรือเบาที่ไม่เกินกว่าเหตุเพื่อช่วยให้ดีขึ้น ก็นับว่าเป็นการแสดงเมตตา ไม่ใช่ไม่เมตตา

เมตตาตรงกันข้ามกับความโกรธแค้นพยาบาท หยุดความโกรธแค้นพยาบาทได้เมื่อใดก็สามารถจะมีเมตตาได้เมื่อนั้น จะมีพร้อมกันไปไม่ได้ คนขี้โกรธแค้นพยาบาทแม้จะเมตตาคนนั้นคนนี้อยู่บ้างเป็นพิเศษก็ไม่ใช่คนมีเมตตา แต่เป็นคนมีความรักความผูกพันเป็นพิเศษเฉพาะบุคคลเท่านั้น ยังไม่มีเมตตา ฉะนั้นให้ดูจิตของตน ถ้าเห็นความโกรธแค้นพยาบาทยังมีอยู่มากเพียงใด ก็ให้เห็นให้เข้าใจไปพร้อมกันได้เลย ว่าตนยังไม่มีเมตตา ยังต้องอบรมเมตตาอีกมากเพียงนั้น

ข้อสำคัญประการสุดท้ายของเมตตา คือการแสดงออกซึ่งเมตตา ที่นับว่าเป็นความสำคัญอย่างยิ่ง แสดงผิดก็ไม่ได้ ก็จักเป็นการเมตตาที่ให้เกิดผลเป็นการเบียดเบียนไป เช่นควรลงโทษไม่ลงโทษเพราะเมตตาทำไม่ได้ดังนี้เป็นต้น หรือไปเมตตาฝ่ายผิด ทำให้ฝ่ายถูกต้องเสียใจ เช่นนี้ก็เป็นการเบียดเบียนทั้งฝ่ายผิดและฝ่ายถูก คือฝ่ายผิดก็จะไม่รู้ความผิดของตน ฝ่ายถูกจะเสียน้ำใจ ทั้งยังอาจเบียดเบียนตนเองด้วย คือถูกตำหนิจากผู้รู้ความผิดถูกควรมิควรทั้งหลาย เช่นนี้เรียกว่าขาดเมตตาที่แท้จริง เพราะแสดงออกไม่ถูกต้อง เมตตาในพรหมวิหารต้องถูกต้องทุกอย่างดังกล่าวแล้ว

ได้พูดถึงเมตตาในพรหมวิหารมาแล้ว จะพูดถึงกรุณาในพรหมวิหารต่อไป เมตตาปรารถนาให้เป็นสุข กรุณาช่วยให้พ้นทุกข์ พิจารณาความหมายของคำแล้วจะรู้สึกว่าเมตตา

เป็นเรื่องของจิตใจ เพราะเป็นความปรารถนา ส่วนกรุณาเป็นเรื่องของทางกาย เพราะเป็นการช่วยเหลือ แต่ที่จริงเมตตาและกรุณาเกี่ยวข้องกันอย่างแยกไม่ออก ถ้าเป็นเมตตากรุณาในพรหมวิหารแล้วต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ไม่แยกจากกัน

กรุณาช่วยให้พ้นทุกข์ ในพรหมวิหารมีทางปฏิบัติเป็นสองนัยเช่นเดียวกบเมตตาดังกล่าวแล้ว คือปฏิบัติถูกและปฏิบัติผิด การช่วยให้พ้นทุกข์หมายถึงช่วยตนเองให้พ้นทุกข์ด้วย และช่วยผู้อื่นให้พ้นทุกข์ด้วย และก็เช่นเดียวกับเมตตา คือต้องช่วยตนเองได้ก่อนแล้วจึงช่วยผู้อื่นได้ ผู้ที่มีทุกข์เป็นต้นว่ามีทุกข์เพราะไม่มีทรัพย์ เช่นนี้แล้วก็จำเป็นต้องช่วยตนเองให้พ้นจากการไม่มีทรัพย์ก่อน ไม่เช่นนั้นจะไม่สามารถช่วยทุกข์ของผู้อื่นที่ไม่มีทรัพย์ได้เลย การปฏิบัติกรุณาที่ผิดก็เห็นได้ง่าย ๆ เช่นช่วยให้ตนพ้นทุกข์จากการไม่มีทรัพย์ด้วยการถือเอาของผู้อื่นมาเป็นของตน หรือช่วยผู้อื่นให้พ้นทุกข์จากการไม่มีทรัพย์ด้วยการถือเอาของผู้อื่นไปให้โดยที่เจ้าของไม่อนุญาต นี้เป็นตัวอย่างที่เห็นได้ง่าย ผู้ที่ทำเช่นนี้จะเรียกว่ามีเมตตากรุณาไม่ได้ พูดให้ตรงซึ่งเรียกว่าพูดแรง ๆ ก็ต้องพูดว่าเรียกว่าเป็นคนดีไม่ได้ คนที่ช่วยให้พ้นทุกข์ด้วยวิธีนี้ผิดอย่างแน่นอน ผิดอย่างเห็นได้ชัด เมื่อไม่มีเงินเป็นทุกข์ก็ต้องช่วยตนเองด้วยการขยันหมั่นแสวงหาโดยชอบ และเมื่อจะช่วยทุกข์เพราะการไม่มีเงินของคนอื่นต่อไปก็ต้องช่วยด้วยวิธีแบ่งปันของตนให้ หรือแนะนำช่องทางให้เขาแสวงหาให้ได้โดยชอบ อีกวิธีหนึ่งที่สมควรทำอย่างยิ่ง ที่เป็นธรรมะ เป็นพรหมวิหารธรรมอย่างยิ่ง ก็คือช่วยให้พ้นทุกข์ทางใจ ให้ใจพ้นจากทุกข์ ไม่ว่าจะทุกข์เพราะเรื่องอะไรก็ตาม ถ้าสามารถทำใจให้พ้นจากความทุกข์ได้แล้ว นับว่าจะเป็นการช่วยให้พ้นทุกข์ที่ถูกวิธี ที่ถูกธรรม

พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้มีพระกรุณาสูงสุด เพราะทรงช่วยให้พ้นทุกข์ได้อย่างไม่มีผู้เปรียบเสมอ ทรงช่วยทั้งพระองค์เองให้พ้นทุกข์ได้ก่อน และทรงช่วยทั้งผู้อื่นอีกมากมายให้พ้นทุกข์ตามพระองค์ไปด้วยได้ เป็นการทรงช่วยให้พ้นทุกข์ทั้งอย่างเด็ดขาดไม่น้อยกลับเกิดได้อีกเลย และทั้งอย่างชั่วครั้งคราว ตามกำลังของการปฏิบัติตามที่โปรดประทานความช่วยเหลือและชี้ไว้ด้วยวิธีต่าง ๆ เป็นอันมาก องค์พระบรมศาสดาเองและพระอรหันตสาวกทั้งหลายเป็นผู้พ้นจากทุกข์อย่างสิ้นเชิง ตลอดกาล ทั้งทางพระกายและทางพระหฤทัย ไม่ทรงต้องกลับพบทุกข์อีก ทั้งทางพระกายและพระหฤทัย เพราะไม่ทรงกลับเกิดอีก ไม่ทรง

มีพระกายพระหฤทัยอีก จึงไม่มีทุกข์ที่จะต้องทรงพบอีก พระอรหันตสาวกทั้งหลายก็เช่นเดียวกัน ความพ้นทุกข์นี้เกิดเพราะพระมหากรุณาช่วยให้พ้นทุกข์ของพระพุทธองค์โดยแท้ และก็ยังมีผู้คนอีกมากมายประมาณมิได้ที่ได้มีความสุขพ้นจากความทุกข์ แม้จะยังไม่แน่นอนยั่งยืนตลอดไป ด้วยอานุภาพแห่งพระมหากรุณาของพระพุทธองค์ที่ทรงสั่งสอนไว้ ด้วยทรงมุ่งจะช่วยให้สัตว์โลกทั้งหลายได้พ้นทุกข์

สำหรับเราท่านทั้งหลายที่มุ่งหมายจะอบรมกรุณาให้เกิดขึ้น พึงดำเนินตามพระ-พุทธองค์และพึงถือว่า ถ้าสามารถช่วยให้ตนเองและผู้อื่นพ้นทุกข์ทางใจได้ สำคัญยิ่งกว่ามุ่งให้พ้นทุกข์ทางกาย

ช่วยให้พ้นทุกข์ทางกายคงจะเห็นและเข้าใจกันได้ ทั้งยังคงพอสามารถปฏิบัติกันได้พอสมควร เห็นใครมีทุกข์อย่านิ่งดูดาย ทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดเพื่อช่วย นั่นคือกรุณา ช่วยให้พ้นทุกข์ และก็ต้องช่วยให้ถูก อย่างได้อธิบายไว้แล้ว อย่าให้ผิดศีล อย่าให้เป็นการเบียดเบียนใคร

ต่อจากนี้จะพูดถึงกรุณา ช่วยให้พ้นทุกข์ทางใจ อันนี้ดีมาก ควรพยายามทำกันให้ได้ทุกคน จะเป็นการพ้นทุกข์มีสุขอย่างยิ่ง พระพุทธองค์ทรงกล่าวไว้ว่าการให้ธรรมทานชำนะการให้ทั้งปวง ก็ความหมายเดียวกันกับการช่วยให้พ้นทุกข์ทางใจ เป็นการช่วยที่เหนือการช่วยทั้งปวงนั่นเอง ทั้งนี้ก็เพราะการให้ธรรมทานนั่นแหละคือการช่วยให้พ้นทุกข์ทางใจ ใจที่มีธรรมเพียงไรจะพ้นจากความทุกข์มีความสุขสงบเยือกเย็นเป็นเพียงนั้น ผู้ที่ไร้ธรรมคือบอกเล่า สั่งสอน อบรม ให้เกิดธรรม กล่าวได้ว่าเป็นผู้ช่วยให้ความทุกข์ลดน้อยถอยไป

ศึกษาธรรม อบรมธรรม ปฏิบัติธรรม ให้ตนเองพ้นจากความทุกข์ได้เสียก่อน แม้จะเพียงพอประมาณ ยังไม่พ้นจนเกือบสิ้นเชิง ก็จะสามารถช่วยผู้อื่นให้พ้นทุกข์ทางใจได้ มีคนเป็นจำนวนไม่น้อยที่ไม่รู้จักพระธรรมคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คนพวกนี้แหละที่ไม่รู้วิธีที่จะช่วยตนเองให้พ้นทุกข์ทางใจ ผู้มีเมตตากรุณาพึงสอนธรรมแก่ตนเองก่อน แล้วนำไปสอนผู้มีทุกข์ทั้งหลายต่อไป ให้คลายทุกข์ ให้พ้นทุกข์ ทำได้เช่นนี้เรียกว่ามีกรุณาในพรหมวิหารที่ถูกต้อง ไม่มีทางผิด แต่ความสำคัญอยู่ที่ว่าตัวเองต้องรู้ธรรมก่อน ต้องปฏิบัติธรรมก่อน ต้องช่วยใจตนเองให้พ้นทุกข์ได้ก่อน จึงจะสามารถนำผู้อื่นไปได้ถูกต้อง

ตามทางที่ตนดำเนินมาแล้ว ไม่เช่นนั้นก็เหมือนคนไม่รู้ทางจะนำคนอื่นให้เดินถูกทางได้อย่างไร

ความคิดเป็นเหตุแห่งความทุกข์ ความจริงมีอยู่เช่นนี้ ถ้าคิดผิด คิดให้เป็นทุกข์ก็จะต้องเป็นทุกข์แน่ แต่ถ้าคิดเสียให้ถูก คิดไม่ให้เป็นทุกข์ ก็จะต้องพ้นจากความทุกข์แน่ ไม่ว่าในเรื่องอะไรทั้งสิ้น แต่คนเราจะคิดให้ถูกได้ก็จำเป็นต้องเรียนรู้วิธี และวิธีที่ดีที่สุดนั้นพระพุทธองค์ทรงสั่งสอนไว้มากมาย พึงเลือกนำมาปฏิบัติให้เหมาะสม จะยกมาเป็นตัวอย่าง เช่น ทรงสอนไตรลักษณ์ คือลักษณะสามไว้ มีอนิจจังไม่เที่ยง ทุกขังเป็นทุกข์ทนอยู่ไม่ได้ อนัตตาไม่ใช่ตัวตน คือไม่เป็นไปตามอำนาจความปรารถนาต้องการของผู้ใดทั้งสิ้น เมื่อพบสิ่งที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ก็ให้นึกถึงไตรลักษณ์ลักษณะทั้งสามที่ทรงสอนไว้นี้ แล้วพิจารณาไตร่ตรองเปรียบเทียบให้ดีกับสิ่งที่ตนกำลังพบกำลังต้องเป็นทุกข์อยู่ ว่าจะต้องเป็นไปตามลักษณะสาม เป็นอย่างไร ให้พิจารณาดังนี้

อนิจจัง ไม่เที่ยง คือขณะนี้เป็นอยู่อย่างไร จักต้องไม่เป็นเช่นขณะนี้ต่อไป ต้องเปลี่ยนแปลงเป็นอื่นไป คือเป็นทุกขังนั่นเอง แม้ปรารถนาจะให้ดำรงอยู่ ไม่เปลี่ยนแปลงก็จะดำรงอยู่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปแน่ คือเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน ไม่เป็นไปตามอำนาจความปรารถนาต้องการ

พิจารณาเช่นนี้แล้วก็ให้พิจารณาว่า ตนกำลังเป็นทุกข์เพราะอะไร เพราะสิ่งไร เพราะเป็นเช่นไร อะไรนั้น สิ่งนั้น ที่เป็นเช่นนั้น จะไม่เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาหรอกหรือ มีอะไรหรือที่พ้นจากอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาไปได้ ถามตนเอง ตอบตนเองซ้ำไปซ้ำมาเช่นนี้แล้วก็จะได้คำปลอบโยนแก้ไขใหพ้นทุกข์ใจได้อย่างแน่นอน ทุกข์ไปทำไมในเมื่อสิ่งที่เป็นทุกข์ก็กำลังจะเปลี่ยนไปแล้ว ไม่ทุกข์เสียดีกว่า ช่วยตนเองให้พ้นทุกข์เช่นนี้และช่วยผู้อื่นให้พ้นทุกข์เช่นนี้ นี่แหละคือกรุณาในพรหมวิหาร

เมตตากรุณาในพรหมวิหารคือปรารถนาให้เป็นสุขและช่วยให้พ้นทุกข์สองข้อนี้จะไม่แยกจากกัน ถ้าแยกจากกันก็จักไม่ใช่เมตตากรุณาแท้ เป็นอย่างของปลอมไป คือเมตตากรุณาที่ไม่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับใจ แยกจากใจ อาจจะเป็นเพียงที่ปาก หรือที่การแสดงออกเพียงเพื่อประโยชน์อย่างหนึ่งอย่างใดของผู้แสดงเท่านั้น เมื่อมีเมตตาปรารถนาให้เป็นสุข

กรุณาคือการช่วยให้พ้นทุกข์ก็จะต้องตามมา นี้เป็นธรรมดาที่เห็นได้ง่าย แต่มีกรณีที่ผู้มีเมตตาไม่สามารถกรุณาได้ เพราะผู้รับไม่อยู่ในสภาพที่จะรับได้ ขอให้ตั้งข้อสังเกตให้ดีว่า นี่สำคัญมาก ไม่ใช่ว่าผู้มีเมตตามีกรุณาจะสามารถให้ได้ทั้งเมตตาและกรุณาเสมอไป

ยกตัวอย่าง ผู้มีเมตตาในคนเจ็บไข้ได้ป่วย ปรารถนาให้เป็นสุข และก็มีกรุณาจะช่วยให้พ้นทุกข์ แต่ก็จะไม่สามารถช่วยได้เสมอไป ถึงแม้ว่าผู้มีเมตตากรุณานั้นจะเป็นแพทย์ผู้สามารถก็ตาม เช่นนี้เรียกว่าผู้ป่วยไม่อยู่ในสภาพที่จะรับได้ ไม่ใช่แพทย์ขาดเมตตากรุณา คำนึงถึงเรื่องนี้เป็นตัวอย่าง แล้วบรรดาผู้ที่มีเมตตากรุณาแต่ช่วยเขาให้พ้นทุกข์ไม่ได้ดังใจพึงคลายความเร่าร้อนกระวนกระวายลงเสียจะเป็นการถูกต้อง ก็ดังกล่าวแล้ว ผู้ที่มีเมตตากรุณาจะต้องเมตตากรุณาตนเองด้วย ปล่อยให้ตัวเองเป็นทุกข์เดือดร้อนแม้เพื่อผู้อื่นก็ไม่ได้ไม่ถูก โดยเฉพาะที่ใจนี่แหละสำคัญที่สุด

เรื่องของการรับเมตตากรุณาไม่ได้ เป็นเรื่องที่น่าพิจารณาไตร่ตรองให้ดี พระพุทธองค์ยังทรงรับว่าพระองค์ทรงเป็นได้แต่เพียงผู้ชี้ทางให้เท่านั้น ผู้ปรารถนาความพ้นทุกข์ทั้งหลายต้องเดินไปด้วยตนเอง คนทุกคนมีหน้าที่ต้องปฏิบัติเพื่อรับเมตตากรุณาให้ได้ ไม่เช่นนั้นแล้วจะถือว่าเป็นความไม่เมตตากรุณาของผู้อื่นหาถูกไม่ และผู้มีเมตตากรุณาจะหลงผิดตำหนิตนเองว่าบกพร่องหย่อนในเรื่องเมตตากรุณาก็หาถูกไม่ เป็นเรื่องต้องเกี่ยวเนื่องกันแยกจากกันไม่ได้ ไม่เกิดผล ให้แล้วไม่รับ ผู้ไม่รับจะได้รับผลได้อย่างไร ผู้ให้นั่นแหละจะได้กลับคืนมา การให้ความเมตตากรุณาก็เช่นกัน ผู้ให้มี ผู้รับไม่รับ หรือรับไม่เป็น รับไม่ได้ผู้รับไม่เป็นรับไม่ได้หรือไม่รับจะเป็นผู้เสวยผลได้อย่างไร แต่ผู้ให้นั้นเสวยผลได้ทันทีที่ให้แต่หมายความว่าต้องเป็นผู้ให้ที่มีความเข้าใจในเรื่องเมตตากรุณาถูก เราให้แล้ว เราต้องเป็นสุข เขารับไม่ได้เป็นเรื่องของเขา ถ้าเราไม่สามารถทำให้เขารับได้แล้วจริง ๆ เราก็ต้องปลงใจลงเสียให้ได้ ไม่ปล่อยใจให้ร้อนเร่าไปเพื่อจะบังคับบัญชาให้เขารับให้ได้

ทุกคน ไม่มีเว้น จักต้องเป็นทั้งผู้ให้และผู้รับเมตตากรุณา ฉะนั้น ทุกคนจึงควรจะศึกษาปฏิบัติในการให้และการรับเมตตากรุณาให้ถูกต้อง จะได้เสวยผลพอสมควร ไม่เช่นนั้นแล้วเมื่อไม่ศึกษาปฏิบัติให้ถูกก็เสียประโยชน์ ผู้เมตตากรุณาไม่รู้ให้ถูกก็จักเป็นทุกข์ความถูกเป็นความสำคัญยิ่งในทุกเรื่อง ทุกเวลา ในมรรคมีองค์แปดอันเป็นทางแห่งความ

พ้นทุกข์ ความเห็นถูกคือสัมมาทิฐิยังเป็นประการสำคัญที่สุด ฉะนั้นให้คำนึงถึงการศึกษาและปฏิบัติให้ถูกไว้ในทุกเรื่อง รวมทั้งเรื่องพรหมวิหารธรรม คือเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา

การให้เมตตากรุณาที่ถูกต้องและการรับเมตตากรุณาอย่างถูกต้องเป็นความสำคัญ ผู้ทำให้ถูกต้องไม่ได้จะเป็นผู้ให้ก็ไม่เกิดผลดี จะเป็นผู้รับก็ไม่เกิดผลดี โดยเฉพาะก็แก่ตนเองนั้นแหละ ฉะนั้นจึงควรสังวรระวังปฏิบัติให้ถูก เมตตาให้ถูก กรุณาให้ถูก ในฐานะผู้ให้ รับเมตตาให้ถูก รับกรุณาให้ถูก ในฐานะผู้รับ

ในฐานะผู้ให้เมตตาได้กล่าวถึงมาแล้วพอสมควร จะกล่าวถึงในฐานะผู้รับเมตตาบ้าง เพราะถ้าจะกล่าวถึงเมตตากรุณาในด้านผู้ให้ฝ่ายเดียวก็ย่อมจะไม่สมบูรณ์ เพราะทุกคนต้องเกี่ยวข้องกับเมตตากรุณาทั้งสองสถาน คือทั้งเป็นผู้ให้และเป็นผู้รับ ไม่มีใครสักคนเดียวที่จะเป็นแต่ผู้รับหรือเป็นแต่ผู้ให้

เมื่อพูดถึงเป็นผู้รับเมตตากรุณา ทุกคนคงจะต้องนึกว่าจะต้องรับอย่างมีกตัญญูกตเวทีจึงจะถูก ความจริงก็เป็นเช่นนั้น ควรจะเป็นเช่นนั้น แต่ก็มักจะไม่เป็นเช่นนั้น จึงมีคำกล่าวว่าหาคนกตัญญูหายาก ท่านเปรียบว่ายากเท่ากับหาพระอรหันต์นั่นทีเดียว แต่ที่จะพูดถึงนี้ ไม่ใช่จะพูดถึงให้เป็นผู้รับเมตตากรุณาอย่างมีกตัญญูกตเวทีต่อผู้ให้เท่านั้น สอนกันให้ทำเช่นนั้นสอนกันได้ แต่ก็ดังกล่าวแล้วหาผู้ปรารถนาจะปฏิบัติตามยาก มีข้อแก้ตัวหรือข้อยกมาอ้างร้อยแปด แม้แต่กล่าวกลับกันเสียก็มี คือทั้ง ๆ ที่เป็นการแสดงความไม่กตัญญูกตเวทีต่อผู้ให้เลย แต่ผู้รับก็ยังกล่าวกลับกันว่าเป็นการแสดงกตัญญูกตเวทีได้

จึงจะไม่แนะนำว่าให้มีกตัญญูกตเวทีต่อผู้ให้ เพราะรู้กันดีทุกคนแล้วว่าที่ถูกต้องเป็นเช่นนั้น แต่จะแนะนำว่าเมื่อจะรับเมตตากรุณาต่อผู้ใด ให้พยายามทำใจให้สงบจากกิเลสคือความโลภโกรธหลงให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ เพื่อจะได้รับผลมากที่สุด

เวลาความโลภมีมากมายในหัวใจ ความต้องการเมตตากรุณาจากผู้อื่นจะแรงมาก ได้น้อยก็จะไม่พอใจ และแม้ได้มากเท่าไรก็จะไม่รู้จักพอ เมื่อเป็นเช่นนี้ได้รับก็จะเหมือนไม่ได้รับ จะไม่เป็นประโยชน์อะไร เวลาความโกรธมีมากมายในหัวใจ จะแลไม่เห็นเมตตากรุณาที่ผู้อื่นแผ่มาให้เลย จะรับไว้ไม่ได้เลยทั้ง ๆ ที่มีผู้ให้ ขอให้พิจารณาใจตนเองนี้แหละ ย้อนหลังถึงเหตุการณ์ที่ผ่านมาแล้วก็ได้ จะพบว่าความจริงเป็นเช่นนี้ ความโลภ ความโกรธ ความหลงจะทำให้เป็นผู้ควรได้รับที่กลับไม่ได้รับอะไรเลย

ทำใจให้เป็นกลาง คือสงบ แล้วจะได้รับเมตตากรุณาเต็มเม็ดเต็มหน่วย เมื่อทุกข์ร้อน ไม่ว่าจะทางกายหรือทางใจ ให้เมตตากรุณาตนเองด้วยการทำใจตนเองนั่นแหละให้สงบเย็นให้ได้ก่อน ด้วยการพิจารณาไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อย่าไปมุ่งให้ผู้อื่นเมตตากรุณาตน แล้วนั่นแหละจะได้รับเมตตากรุณาจากผู้อื่นเต็มที่เท่าที่ผู้อื่นจะมีให้ตนได้ไม่ถูกทำลายหรือทำให้ลดน้อยไปเสียด้วยอำนาจกิเลสในใจตนเอง

พยายามมีสติระลึกไว้ให้เสมอว่าตนเป็นที่พึ่งของตน พึ่งตนเองเสียก่อน ทำตนเองให้เป็นที่พึ่งให้ได้เสียก่อน คือเมตตากรุณาตนดังกล่าวเสียก่อน แล้วจึงจะได้ผู้อื่นมาเป็นที่พึ่งด้วย ไม่เช่นนั้นแล้วก็ยากที่จะเป็นผู้สามารถรับเมตตากรุณาจากใครได้ทั้ง ๆ ที่อาจจะมีผู้เมตตากรุณาต่อเราเป็นอันมาก

การศึกษาและปฏิบัติให้ถูกเป็นความสำคัญในทุกเรื่อง รวมทั้งในเรื่องเมตตากรุณา มุทิตา อุเบกขาในพรหมวิหารธรรมดังกล่าวมาแล้วด้วย กรุณาการช่วยให้พ้นทุกข์นั้นความจริงทำผิดกันอยู่ไม่น้อย โดยเฉพาะที่เป็นการกรุณาตนเอง มักจะทำผิดกันอยู่เนือง ๆ ยกตัวอย่างที่เป็นทุกข์ทางใจเสียก่อน มีคนไม่น้อยที่เมื่อกลุ้มใจขึ้นมาก็กรุณาตนเองด้วยการดื่มสุราเมรัยหรือเที่ยวไปในที่เพลิดเพลินที่ไม่สมควรต่าง ๆ เพื่อให้ความกลุ้มใจนั้นระงับดับลง ถือว่าเป็นการช่วยให้พ้นทุกข์ เป็นกรุณา ซึ่งไม่ถูกอย่างยิ่ง กลับเป็นการไม่กรุณาต่อตนเองเสียด้วยซ้ำ กรุณาช่วยให้พ้นทุกข์นั้นมีความหมายที่งดงามกว่าการช่วยเช่นตัวอย่างข้างต้นนั้น เมื่อทุกข์ใจจะต้องช่วยด้วยกรุณาที่ถูกต้อง และกรุณาที่ถูกต้องเพื่อแก้ทุกข์ใจก็ต้องอาศัยพระธรรมของพระพุทธเจ้า ดังได้กล่าวถึงบ้างแล้ว คือให้พิจารณาไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา และแนะนำวิธีเดียวกันนี้เพื่อช่วยผู้อื่นให้พ้นทุกข์ใจ

ปัญญาเป็นแสงสว่าง ไม่ว่าจะทุกข์กายหรือทุกข์ใจ ไม่ว่าจะแก้ทุกข์ของตนเองหรือทุกข์ของผู้อื่น ถ้าใช้ปัญญาก็จะได้ผล ความทุกข์ก็คือความมืด ปัญญาเป็นแสงสว่าง แสงสว่างเข้าไปสู่ที่ไหนความมืดย่อมสลายไปจากที่นั่น ปัญญาเกิดขึ้นที่ใดทุกข์ย่อมดับลงที่นั้น จะเป็นผู้กรุณาได้จริงต้องอบรมปัญญาให้เกิดมีในตนให้จริงเสียก่อน ปัญญาทั้งหลายมีอยู่ในพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า มีทุกระดับ ตั้งแต่ปัญญาขั้นหยาบใช้แก้ทุกข์หยาบ ๆ ปัญญาขั้นกลางใช้แก้ทุกข์กลาง ๆ จนถึงปัญญาขั้นละเอียดใช้แก้ทุกข์ที่ละเอียด ปัญญาที่

ละเอียดคือปัญญาที่ประณีตที่สุดแก้ทุกข์ได้สิ้นเชิงจริง ๆ พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลายท่านใช้ปัญญาขั้นละเอียดประณีตที่สุดนี้แหละแก้ทุกข์ของท่านได้สิ้นเชิง ไม่หลงเหลือแม้เล็กน้อยเพียงไร และไม่มีเวลาจะกลับเกิดมีขึ้นได้อีกเลย มีผู้ที่เชื่อในความจริงนี้คือในปัญญาขั้นละเอียดประณีตที่สุดนี้มากขึ้นทุกที ผู้มุ่งมาปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าจึงมีมากขึ้นทุกทีด้วย นับว่ามีผู้มีปัญญาเพิ่มขึ้น ย่อมจะช่วยให้พ้นทุกข์ได้มากขึ้นด้วย

ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความพลัดพรากจากของรักของเจริญใจ ความต้องประสบกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่ชอบใจ เหล่านี้เป็นทุกข์ แม้ว่าจะมีผู้ไม่เข้าใจว่าทำไมจึงกล่าวว่าความเกิดเป็นทุกข์ แต่ความเกิดก็เป็นทุกข์ เพราะความเกิดเป็นต้นสายของความแก่ ความเจ็บความตายซึ่งทุกคนต้องยอมรับว่าเป็นความทุกข์แน่ ถ้าไม่มีความเกิดเป็นต้นสาย ก็จะไม่มีความแก่ความเจ็บความตายอันเป็นความทุกข์แน่ แล้วความทุกข์จะมาแต่ไหน จะมีได้อย่างไร แม้จะกล่าวเพียงสั้น ๆ ว่าความเกิดนั้นแหละเป็นตัวทุกข์ที่แท้ก็น่าจะได้ ถ้าเข้าใจชัดเจนว่าความเกิดเป็นทุกข์ จะเข้าใจเรื่องความกรุณาช่วยให้พ้นทุกข์ได้ชัดขึ้น ว่ากรุณาที่ถูกนั้นไม่ใช่จะช่วยไม่ให้มีการเกิดด้วยวิธีอื่นเป็นอันขาด กรุณาที่ถูกในเรื่องการช่วยไม่ให้เกิดมีอยู่วิธีเดียว ตามพระพุทธองค์ทรงสอน คือการทำกิเลสให้สิ้นเท่านั้น ไม่มีวิธีอื่นที่ถูกต้อง นอกจากทำกิเลสให้หมดอย่างสิ้นเชิงวิธีเดียว

ผู้ปรารถนาจะไม่ให้พบความทุกข์เลย ไม่ว่าเล็กน้อยเพียงไหน ตลอดไป ก็มีวิธีปฏิบัติวิธีเดียวคือมุ่งหน้าศึกษาปฏิบัติทำกิเลสมีโลภโกรธหลงสามกองนี้ให้สิ้น จะเป็นกรุณาที่ใหญ่ยิ่งต่อตนเอง และจะเป็นกรุณาต่อผู้อื่นด้วยถ้าแนะนำชักชวนตักเตือนให้ผู้อื่นศึกษาปฏิบัติเช่นเดียวกัน

ในพรหมวิหาร ๔ มีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ได้กล่าวถึงเมตตา กรุณา มาบ้างแล้ว จะพูดถึงมุทิตาอันเป็นธรรมข้อต่อไป มุทิตาคือพลอยยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุข ความหมายของมุทิตานี้ก็น่าจะมีเป็นสองเช่นเดียวกัน คือน่าจะหมายถึงพลอยยินดีด้วยกับตนเองเมื่อตนได้ดีมีสุข เพราะความพลอยยินดีด้วยนี้แหละที่จะเป็นเหตุนำไปสู่ความดีอีกชั้นหนึ่งถ้ารู้จักคิดให้ถูก

เมื่อตนได้ดีมีสุข อย่าปล่อยให้การได้ดีมีสุขนั้นผ่านไปเฉย ๆ แต่ให้พลอยยินดีกับตนเอง ให้รู้จักตั้งใจสงวนรักษาความดีที่ได้นั้นไว้และเพิ่มพูนให้ยิ่งขึ้น นี่หมายถึงบุคคลผู้ยังเป็นสามัญชนหรือปุถุชนที่ยังไม่หลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ ซึ่งยังจำเป็นต้องอาศัยความดีเป็นขั้นบันไดก้าวไปสู่ความพ้นทุกข์ ส่วนผู้ที่ศึกษาปฏิบัติธรรมจนล่วงทุกข์ได้สิ้นเชิงแล้วก็แน่ละไม่มีความยินดียินร้ายเหลืออยู่ ความยินดีกับความได้ดีมีสุขแม้ของตนก็ย่อมไม่มีด้วยเช่นเดียวกัน

ที่ว่าให้ยินดีกับการได้ดีมีสุขของตนเองนั้น ก็เพื่อให้ใจสงบสบายได้พอสมควร ไม่ทะเยอทะยานให้ยิ่งขึ้นจนเกินไป เช่นได้ดีเพียงนี้แล้วก็ให้ยินดีด้วยกับการได้ดีเพียงนั้นของตนเสีย อย่าไม่พอใจเพราะต้องการให้ยิ่งขึ้นไปกว่านั้น ส่วนการปฏิบัติขยันหมั่นเพียรให้ยิ่งขึ้นอย่างถูกต้องเหมาะสมนั้นก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง ซึ่งอาจเกิดได้จากการที่ตนยินดีในความได้ดีมีสุขของตนเหมือนกัน

สำหรับต่อผู้อื่นที่ได้ดีมีสุข มุทิตาความพลอยยินดีด้วยเป็นสิ่งที่ทุกคนควรอบรมให้มีขึ้น จะว่าเมื่อมีเมตตากรุณาแล้วมุทิตาย่อมเกิดตามมาเองก็อาจจะเป็นไปได้ถ้าเมตตากรุณานั้นบริสุทธิ์งดงามถูกต้องจริง ๆ ซึ่งบางทีก็ยาก บางคนมีเมตตากรุณาได้มากมายต่อผู้ที่ลำบากหรือผู้ที่ต่ำต้อยกว่าตน แต่จะไม่มีต่อผู้ที่ดีกว่าสูงกว่า เพราะคิดว่าเมตตากรุณานั้นเป็นเรื่องของผู้สูงกว่าพึงมีต่อผู้ต่ำกว่าเท่านั้น ความจริงเมตตากรุณาไม่ใช่เรื่องของความสูงความต่ำความดีความไม่ดี แต่เป็นเรื่องที่สามารถจะมีขึ้นได้แม้แต่ในคนยากจนเข็ญใจต่อเศรษฐีมหาเศรษฐีหรือในผู้มีสกุลต่ำยศต่ำต่อผู้มีสกุลสูงยศสูง เรื่องของเมตตากรุณาเป็นเรื่องของความงดงามแห่งจิตใจโดยแท้ ไม่เกี่ยวกับอะไรอื่น คนสูงคนต่ำคนรวยคนจนต่างเป็นผู้มีทุกข์ได้ด้วยกันทั้งนั้น เพราะดังกล่าวแล้ว เมื่อมีความเกิดความทุกข์ย่อมตามมาเป็นความแก่ความเจ็บความตายเป็นต้น ขอให้พิจารณาเช่นนี้แล้วจะเห็นว่าทุกคนมีเมตตากรุณาต่อกันได้ และทุกคนก็น่าจะมีมุทิตาต่อกันได้ด้วย

การพลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุข ผลดีที่จะเกิดขึ้นนั้นเราเองจะเป็นผู้ได้รับก่อนใครทั้งหมด ความพลอยยินดีด้วยกับความริษยาให้ความร้อนเย็นผิดกัน นึกถึงความจริงนี้ก็จะแลเห็นได้ไม่ยาก ขณะที่ใจเกิดความยินดีเราเองนั่นแหละสบาย สบายก่อนใครทั้งหมด

คนอื่นกว่าจะได้รับความสบายใจที่เกิดจากการปฏิบัติของเราก็เป็นอันดับรองจากตัวเราเองแล้ว ตรงกันข้าม ขณะที่ใจเกิดความริษยา เราเองนั่นแหละทุกข์ร้อนก่อนคนอื่นทั้งหมด คนอื่นกว่าจะได้รับความร้อนใจที่เกิดจากการปฏิบัติของเราก็เป็นอันดับรองจากเราแล้ว ฉะนั้นการพลอยยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุขจึงเป็นสิ่งควรอบรมให้เกิด จะว่าเพื่อตัวเราเองก็ไม่ผิด เพราะเราเองนั่นแหละจะได้รับผลดีก่อนใครทั้งหมด

มุทิตาความพลอยยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุข เป็นสิ่งที่อาจเกิดขึ้นเองได้เมื่อมีเมตตากรุณาพร้อมอย่างถูกต้องจริง ๆ และอาจอบรมให้เกิดขึ้นได้สำหรับในกรณีที่ยังไม่เกิดขึ้นเองดังกล่าว คือในขณะที่เมตตากรุณายังมีไม่ถึงขนาดพร้อม เพียงแต่มีบ้างแล้วเท่านั้น การอบรมให้คุณธรรมความดีใด ๆ เกิดขึ้นในจิตใจนั้นทำได้ด้วยใช้ปัญญาใคร่ครวญปลูกฝังเหมือนเพาะต้นไม้ตั้งแต่เมล็ดให้งอกงามเติบใหญ่ ซึ่งเป็นสิ่งทำได้

การใช้ปัญญาก็คือการใช้ความคิดให้ถูกต้องให้เหมาะให้ควรนั่นเอง จะอบรมมุทิตาให้เกิดก็ต้องคิดไปคิดมาให้เป็นปัญญาบังเกิดเป็นผลดังปรารถนา คือเป็นมุทิตาขึ้นภายในใจ วิธีคิดก็เช่นกัน เมื่อเห็นใครได้ดีมีสุข ใครนั้นก็คือใครที่เรารู้จักหรือเกี่ยวข้องเป็นญาติพี่น้องเพื่อนฝูงนั่นแหละ ถ้าใจไม่รู้สึกยินด้วยกับเขาก็ให้พยายามคิดให้ถูก เช่นคิดว่าเขาเป็นเพื่อนของเรา เขาได้ดี เขามีความสุข เรามีความสุข เราน่าจะต้องพลอยยินดีด้วย เพราะอย่างน้อยเขาก็เป็นเพื่อนของเรา เราดีขึ้น เขาก็เหมือนเครื่องประดับที่ช่วยให้เราดีขึ้นได้ด้วย ถ้าเป็นคนอื่นได้ดีหรือดีขึ้นเสียด้วยซ้ำที่จะไม่เกี่ยวเนื่องถึงเราเลย บางคนคิดว่าเพื่อนเราได้ดีเช่นได้ลาภ นับว่าดีกับเราด้วย เราควรยินดีกับเขาด้วย เพราะเมื่อเขามีลาภเขามีความสุข เขาก็จะต้องเผื่อแผ่ความสุขนั้นถึงผู้เกี่ยวข้องใกล้เคียง รวมทั้งเราด้วย จะเผื่อแผ่อย่างตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม เราก็จะต้องพลอยได้รับด้วยแน่นอน เมื่อเขาได้ดีมีความสุข เขาจะมีความเย็น ความเย็นในเขาก็เช่นเดียวกับความเย็นในทุกคน จะไม่เป็นผลร้ายแก่ใคร แต่จะเป็นผลดี เราก็จะได้รับผลดีด้วย แล้วทำไมเล่าเราจึงจะไม่พลอยยินดีด้วยกับเขา คนฉลาดต้องคิดแบบคนฉลาด คิดให้ฉลาด คิดอย่างไรก็ได้ที่จะให้ผลเป็นความสงบสบายใจ

ผู้ที่คิดแบบคนเห็นแก่ตัว แบบคนอิจฉาริษยา ไม่เรียกว่าคิดแบบคนฉลาด อิจฉาเขาเพราะนึกเห็นแก่ตัวเราเองนั้นไม่เกิดผลดีอย่างใด เขาได้ดีมีสุข เราจะพลอยได้ดีมีสุขกับ

เขาได้ก็ต่อเมื่อเราพลอยยินดีด้วยกับเขาเท่านั้น เหมือนที่รู้เห็นว่าท่านทำบุญทำกุศลแล้วอนุโมทนาด้วย จะสามารถมีส่วนในบุญในกุศลนั้นได้ด้วย ถ้าไปนึกอย่างอื่น ไม่อนุโมทนาด้วย ก็จะไม่สามารถมีส่วนแห่งบุญกุศลได้เลย คิดให้ดีแล้วจะเห็นว่าโอกาสที่จะได้ดีมีสุขไปพร้อม ๆ กับคนอื่นที่ได้ดีมีสุขนั้นมีอยู่สำหรับเราเสมอ เพียงแต่เราจะต้องรู้จักทำใจให้คิดให้เป็นให้คิดให้ถูกเท่านั้น พลอยยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุขนั่นแหละคือวิธีทำใจที่ถูกต้อง ที่จะทำให้ตนเองพลอยได้ดีมีสุขไปพร้อมกับใคร ๆ ทั้งหลายด้วย ไม่ว่าจะเป็นคนรู้จักหรือไม่รู้จักก็ตาม จะเป็นคนอยู่ไกลหรืออยู่ใกล้ก็ตาม

ขอให้มีสติระลึกไว้เสมอว่าเราจะสามารถได้ดีมีสุขทุกเวลา เพียงแต่พลอยยินดีด้วยกับการได้ดีมีสุขของผู้อื่นเสมอ ๆ เท่านั้น วันหนึ่ง ๆ มีข่าวคนนั้นได้ดีมีสุขมาถึงหูเราทุกคนอยู่ไม่ว่างเว้น ตั้งสติระวังใจอย่าให้เกิดอิจฉาริษยา แต่ตั้งสติทำใจให้พลอยยินดีด้วย เราก็จะเหมือนกับได้ดีมีสุขไปกับเขาด้วยไม่ว่างเว้น ตรงกันข้าม ถ้าไม่ตั้งสติ ไม่คิดให้ถูกเหตุผล พอได้รู้ได้เห็นการได้ดีมีสุขของใครก็อิจฉาไม่ชอบใจ เราก็จะเหมือนมีความทุกข์เกิดขึ้นในขณะที่เขามีความสุข ไม่ว่างเว้นแต่ละวันเหมือนกัน

พิจารณาให้ดี แล้วเลือกดูว่าการพลอยยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุขกับผลที่ได้รับคือตนเองเหมือนได้ดีมีสุขไปด้วยกับผู้อื่น กับการอิจฉาเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุขกับผลที่ได้รับคือตนเองเหมือนมีทุกข์อยู่ตลอดเวลา จะพอใจเลือกอย่างไหน ถ้าเลือกการที่เหมือนตนได้ดีมีสุขตลอดเวลา ก็ต้องอบรมใจให้พลอยยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุข เพราะไม่มีวิธีอื่นจะให้ผลเช่นนี้ได้นอกจากวิธีเดียวนี้เท่านั้น

เมตตา ปรารถนาให้เป็นสุขก็ตาม กรุณา ช่วยให้พ้นทุกข์ก็ตาม มุทิตา พลอยยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุขก็ตาม ทั้งสามประการนี้จะสมบูรณ์ไม่ได้ถ้าผู้ปฏิบัติธรรมทั้งสามนี้ขาดธรรมสำคัญข้อหนึ่งในพรหมวิหาร คืออุเบกขา วางใจเฉย วางใจเป็นกลาง ไม่ยินดียินร้ายเมื่อสุดวิสัยจะเมตตากรุณาได้แล้ว

อุเบกขาเป็นธรรมสำคัญอย่างยิ่งจริง ๆ เมตตากรุณามุทิตาจะไม่สมบูรณ์จริง ๆ ถ้าไม่มีอุเบกขาประกอบด้วย ธรรมทั้งหลายคือเรื่องทั้งหลายสิ่งทั้งหลายเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตนไม่เป็นไปตามอำนาจความปรารถนาต้องการของผู้ใดทั้งสิ้น ไม่ว่าเราว่าเขาจะปรารถนาต้อง

การอย่างใดก็จะไม่เป็นไปตามปรารถนาต้องการเสมอไป แม้ในการแสดงเมตตากรุณามุทิตาก็เช่นกัน เมตตากรุณาแล้วไม่ใช่ว่าจะเป็นเป็นผลที่เราปรารถนาต้องการ ตัวอย่างก็มีอยู่เป็นอันมาก ปรารถนาจะให้ผู้ที่เรารักเราชอบเป็นสุขด้วยกันทุกคน แต่ก็ไม่เป็นไปดังที่ปรารถนา เมื่อผู้ที่เรารักเราชอบเป็นทุกข์ก็พยายามช่วยให้พ้นทุกข์ แต่ก็ไม่เป็นผลดังที่ปรารถนา บางทีก็เป็นไปดังที่เราประสงค์เหมือนกัน คือช่วยได้เหมือนกัน บางทีก็ไม่เป็นไปดังที่เราประสงค์ คือช่วยไม่ได้ ทั้งที่เราก็พยายามช่วยเขาก็ยังไม่พ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อน ในกรณีเช่นนี้อุเบกขาเป็นสิ่งจำเป็นต้องปรารถนาที่สุด ต้องนำมาใช้จึงจะเป็นการทำให้เมตตากรุณาถูกต้องสมบูรณ์ นับเป็นพรหมวิหารที่แท้

เมื่อเมตตาแล้ว กรุณาแล้ว แสดงออกซึ่งเมตตากรุณาเต็มที่แล้ว ก็ยังไม่เกิดผล ยังช่วยให้เขาเป็นสุขพ้นจากความทุกข์ไม่ได้ จึงใช้อุเบกขาคือพยายามวางใจเฉย ปลงใจลงเสียให้ได้ ว่าเมื่อได้ทำสุดความสามารถ ได้เมตตากรุณาถูกต้องแล้ว ผลเป็นเช่นไรก็จำเป็นต้องอุเบกขา ถ้าไม่อุเบกขา ปล่อยใจให้ดิ้นรนร้อนเร่าเพราะปรารถนาจะช่วยเขาทั้ง ๆ ที่ช่วยแล้วไม่ได้ผลแล้ว เช่นนี้เป็นการผิด เป็นการขาดเมตตากรุณา ที่เห็นชัด ๆ ก็คือขาดเมตตากรุณาในตนเอง

เมื่อขาดเมตตากรุณา แม้จะในตนเอง ไม่ใช่ในผู้อื่น ก็เรียกว่าขาดเมตตากรุณา จะนับว่าเป็นผู้มีเมตตากรุณาได้อย่างไร ผู้มีเมตตากรุณานั้นต้องมีครบถ้วน ในบุคคลอื่นด้วยและในตัวเองด้วย จึงจะถูกต้อง แต่โดยมากมักจะนึกว่าเมื่อกล่าวว่ามีเมตตากรุณาจะไม่หมายรวมถึงมีต่อตนเองด้วย

อุเบกขานั่นแหละจะช่วยให้เมตตากรุณาในตนบังเกิดผล คือเมื่ออุเบกขาเกิดเพราะเมตตากรุณาผู้อื่นแล้วไม่เกิดผลดังปรารถนา อุเบกขานั่นแหละจะช่วยให้จิตใจไม่เร่าร้อน ไม่ให้ทุกข์ให้โทษแก่ตนเอง จึงกล่าวว่าอุเบกขาเป็นเครื่องช่วยให้เมตตากรุณาสมบูรณ์ ช่วยให้เมตตากรุณาเกิดต่อตนเอง ไม่เกิดแต่ต่อบุคคลอื่นเท่านั้น

อุเบกขาจึงสำคัญอย่างยิ่ง พึงอบรมให้เกิดขึ้น แต่การอบรมอุเบกขานั้นยากกว่าอบรมเมตตากรุณา ถ้าผิดไปก็จะกลายเป็นคนใจจืดใจดำ อุเบกขากับใจจืดใจดำเป็นคนละอย่าง อย่าทำให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันเป็นอันขาด

ผู้อบรมพรหมวิหารธรรมที่แท้จริงจะไม่ปฏิบัติผิดในเรื่องอุเบกขากับใจจืดใจดำ ผู้ที่เห็นใครทุกข์ยากเดือดร้อนต้องการความช่วยเหลือ แม้เป็นผู้ที่อบรมพรหมวิหารธรรมอยู่จะต้องมีเมตตาปรารถนาให้เขาเป็นสุข และจะต้องมีกรุณาลงมือช่วยเพื่อให้เขาพ้นทุกข์ เมื่อมีเมตตากรุณาเช่นนี้แล้วจะไม่ใจจืดใจดำ ถ้าไม่มีเมตตากรุณาเกิดขึ้นก่อนเลย จะกล่าวว่าตนมีอุเบกขามีพรหมวิหารธรรมไม่ถูก จะต้องเป็นมีความใจจืดใจดำเสียมากกว่า ดูใจตนเองรับความจริงใจกับตนเอง แล้วก็จะได้รู้จักตนเองว่าเป็นผู้มีใจจืดใจดำหรือเป็นผู้มีพรหมวิหารธรรมคือมีอุเบกขาวางใจเป็นกลางกันแน่

พรหมวิหารนั้นเบื้องต้นอบรมให้เกิดเสียก่อนได้ คือฝืนใจทำเสียก่อนได้ ต่อไปก็จะเกิดขึ้นเอง เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ทั้ง ๔ ประการนี้จะเกิดขึ้นได้เอง แบบที่เรียกกันว่าเป็นไปโดยอัตโนมัตินั่นแหละ ได้กล่าวแล้วว่าการอบรมมุทิตาความพลอยยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นได้ดี และการอบรมอุเบกขาความวางใจเป็นกลาง สามารถทำได้ด้วยการนึกถึงเหตุผลให้ถูกต้อง หรือเรียกว่าใช้ปัญญานั่นเอง หัดคิดนึกตรึกตรองไปในเหตุผล ให้สามารถมีมุทิตาและอุเบกขาให้ได้ต่อคนทั้งหลายที่ล้วนแต่ต้องเป็นทุกข์ด้วยกันทั้งสิ้น ไม่ยกเว้นผู้หนึ่งผู้ใดเลย รวมทั้งเจ้าตัวเองของทุกคนนี้ด้วย เพราะเมื่อเกิดขึ้นมาแล้วไม่มีการหนีทุกข์พ้นนอกเสียจากหนีพ้นจากกิเลสโดยสิ้นเชิง เป็นผู้บริสุทธิ์โดยสิ้นเชิง เช่นพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลายผู้จะไม่กลับมาเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารอีกเท่านั้นที่จะพ้นจากทุกข์ได้ ที่ไม่มีผู้ใดควรต้องให้ความเมตตากรุณามุทิตาอุเบกขา นอกจากนั้นแล้วต่างต้องควรมีพรหมวิหารธรรมต่อกันและกันทั้งนั้น

พรหมวิหารธรรมจึงเป็นธรรมสำคัญอย่างยิ่ง ควรอบรมให้มีขึ้นด้วยกันทุกคน ควรศึกษาให้รู้จักให้เข้าใจอย่างถูกต้องด้วยกันทุกคน

อนึ่ง พรหมวิหารธรรมนั้นผู้อบรมศึกษาและปฏิบัติให้เป็นไป ก็เหมือนกับทำกรรมดียิ่ง กรรมนั้นผู้ใดทำผู้นั้นได้รับผล ทำกรรมดีจักได้รับผลดี ทำกรรมชั่วจักได้รับผลชั่ว พรหมวิหารธรรมเป็นความดีอย่างยิ่ง ผู้มีพรหมวิหารธรรมก็คือผู้ทำกรรมดียิ่งนั่นเอง จึงจักเป็นผู้ได้รับผลดียิ่งด้วยตนเองแน่นอน

อันผลดียิ่งที่ผู้มีพรหมวิหารธรรมจักได้รับนั้นเที่ยงแท้ ไม่เป็นอื่น ผู้ที่ไม่เชื่อเรื่องผลดีของพรหมวิหารธรรมซึ่งผู้อบรมปฏิบัติจะได้รับก็เช่นเดียวกับผู้ไม่เชื่อว่าทำดีจักได้ดี

ทำชั่วจักได้ชั่ว แล้วก็หลงทำกรรมต่าง ๆ ไปตามความพอใจ แล้วก็ต้องได้รับผลของกรรมไปต่าง ๆ ดีบ้างร้ายบ้าง เป็นความสุขบ้างเป็นความทุกข์บ้าง สับสนปนเปกันไปอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะได้ทำเหตุเช่นนั้นไว้ ถ้าเชื่อเรื่องการให้ผลของกรรมให้จริงจัง ว่ากรรมดีจักให้ผลดีกรรมชั่วจักให้ผลชั่วแน่นอน ก็จะเลือกการทำกรรม จะทำแต่กรรมดี ไม่ทำกรรมชั่ว ผลที่ได้รับก็จักเป็นผลดีไม่เป็นผลชั่วแน่นอน

การอบรมเมตตากรุณามุทิตาอุเบกขาให้เกิดขึ้นด้วยการใช้ความคิดที่เป็นปัญญาเป็นเหตุผล ให้เห็นชัดว่าทุกคนควรมีเมตตากรุณามุทิตาอุเบกขานั้น แม้กระทำเป็นปกติจนเคยชิน ก็จะไม่จำเป็นต้องใช้ความคิดเช่นนั้นอีก เมตตากรุณามุทิตาอุเบกขาจะเกิดขึ้นเองในใจ แม้จะไม่เกิดขึ้นพร้อมบริบูรณ์ทั้งสามประการในเวลาเดียวกันหรือในระยะเดียวกัน แต่เมตตากรุณาก็จะต้องเกิดได้แน่ ถ้าเมตตากรุณาเกิดขึ้นสมบูรณ์จนเต็มที่ จนทำให้จิตใจอ่อนละมุนกว้างขวางอย่างยากจะอธิบายให้ถูกต้องได้ เมื่อนั้นมุทิตาก็ตาม อุเบกขาก็ตาม จะเกิดตามมาเอง

พิจารณาเหตุผลก็จะเห็นว่าจะต้องเป็นเช่นนั้น เมื่อเมตตากรุณาเต็มเปี่ยมจริง ๆ แล้ว เป็นที่ประจักษ์ชัดเต็มตื้นหัวใจตนเองแล้ว มุทิตาก็ตาม อุเบกขาก็ตาม ก็ย่อมจะตามมาด้วยอย่างแน่นอน เพราะเมื่อปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข ช่วยให้พ้นทุกข์ได้แล้ว ด้วยความมีเมตตากรุณาบริสุทธิ์ใจจริง ก็เป็นธรรมดาที่ย่อมจะต้องพลอยยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นพ้นจากทุกข์และได้ดีมีสุข แม้โดยไม่ต้องอาศัยเมตตากรุณาของตน

ส่วนอุเบกขานั้น หมายความว่าวางใจเป็นกลาง ไม่ยินดียินร้าย ความหมายขั้นแรกของไม่ยินดียินร้ายก็คือ ไม่ยินดีเมื่อผู้อื่นเป็นทุกข์และไม่ยินร้ายเมื่อผู้อื่นเป็นสุข ส่วนความหมายที่แท้จริงลึกซึ้งของอุเบกขานั้นมีว่า ไม่ว่าใครจะเป็นทุกข์เป็นสุขก็วางใจเป็นกลางได้ ไม่พลอยยินดียินร้ายจนเป็นความวุ่นวายในหัวใจไปด้วย รวมทั้งเมื่อตนต้องประสบโลกธรรมฝ่ายดีก็ไม่ยินดี ประสบโลกธรรมฝ่ายร้ายก็ไม่ยินร้าย วางใจเป็นกลางสงบอยู่

ความยินดียินร้ายหรือความไม่มีอุเบกขาเป็นความกระเพื่อมของใจ ไม่ว่าจะยินดีหรือไม่ว่าจะยินร้ายก็เป็นความกระเพื่อมของใจทั้งนั้น เมื่อใจกระเพื่อมก็ไม่สงบ ความสุขย่อมแตกต่างกันระหว่างใจกระเพื่อมแม้ด้วยความยินดี กับใจที่สงบอยู่ด้วยอุเบกขา ดังนั้นพระพุทธองค์จึงทรงสอนให้มีอุเบกขา ให้ทำใจให้เป็นอุเบกขา

อุเบกขาโดยอัตตโนมัติในพรหมวิหารนั้นอาจพิจารณาให้เห็นได้ดังนี้ เมื่อเมตตากรุณาเต็มที่แล้ว คือปรารถนาให้เป็นสุขและช่วยเพื่อให้พ้นทุกข์เต็มความสามารถแล้วจริง ๆ อย่างสม่ำเสมอจนเป็นปรกติวิสัยแล้วจริง ๆ จะเกิดอุเบกขาขึ้นได้เองในใจตน เป็นไปได้เองโดยไม่ต้องพยายาม โดยไม่ต้องค้นคว้าหาเหตุผลเพื่อทำให้ใจเป็นกลางวางเฉย

อุเบกขาโดยอัตตโนมัติเกิดขึ้นเมื่อใด เจ้าตัวเองจะรู้ได้เช่นเดียวกันกับจะรู้ได้เมื่อมีเมตตากรุณาเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับใจแล้ว เพราะเมตตากรุณาเช่นนั้นจะทำให้ใจเป็นใจที่เยือกเย็นอ่อนละมุนที่สุด จนเจ้าตัวอาจได้รับความชุ่มฉ่ำของจิตใจเช่นนั้นอย่างรู้ถนัดชัดแจ้ง

เป็นความจริงที่ว่าพรหมวิหารธรรมจะช่วยขจัดปัดเป่าความร้อนทั้งหลายที่ต่างมีความรู้สึกว่าได้รับกันอยู่เป็นอย่างยิ่งในทุกวันนี้ ถ้าทุกคนทุกฝ่ายต่างมีเมตตากรุณาต่อกัน ไม่จำเป็นต้องผู้ใหญ่เท่านั้นที่อาจเมตตากรุณาผู้น้อยได้ ผู้น้อยก็อาจเมตตากรุณาผู้ใหญ่ได้ เพราะเมตตากรุณามีความหมายดังได้กล่าวมาแล้วว่าปรารถนาให้เป็นสุขและช่วยให้พ้นทุกข์ เช่นนี้ก็ย่อมเป็นเรื่องของทุกฝ่ายและทุกคนที่จะต้องช่วยกัน

ถ้าเป็นผู้ใหญ่อยู่ในฐานะดีกว่าสูงกว่าสมบูรณ์บริบูรณ์กว่าก็มีเมตตากรุณาได้ด้วยการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ทั้งหลาย แต่การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ทั้งหลายจะทำได้ก็ต่อเมื่อใจยินดีจะทำ คือใจเกิดเมตตากรุณาเสียก่อน เต็มใจจะช่วยเหลือเสียก่อน ใจยินดีพอใจจะให้เมตตากรุณาเพียงใดก็จะสามารถปฏิบัติออกเป็นการช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ได้เพียงนั้น จะเป็นการเอื้อเฟื้อที่เป็นไปอย่างเต็มใจ นุ่มนวล จนกระทั่งผู้รับก็อาจรู้สึกได้ อาจจะรับได้อย่างประจักษ์ชัดในเมตตากรุณาของผู้ให้ แตกต่างกับการช่วยเหลืออย่างจำใจหรืออย่างที่ไม่เกิดจากเมตตากรุณาที่แท้จริง เพราะการช่วยอย่างจำเป็นจำใจจะออกมาอีกลักษณะหนึ่ง ซึ่งแม้ไม่อธิบายไว้ในที่นี้ก็น่าจะเป็นที่เข้าใจกันดี ช่วยสักแต่ว่าช่วยนั่นแหละคือคำจำกัดความของการช่วยเหลืออย่างไม่เกิดจากใจที่มีเมตตากรุณา จากใจที่ไม่อ่อนละมุนกว้างขวาง อีกอย่างหนึ่งก็คือเป็นการช่วยที่หวังผลตอบแทนสำหรับตนเองเท่านั้น ไม่ใช่เกิดจากความเมตตากรุณาในผู้อื่นที่ตนช่วย การช่วยเช่นนี้อาจจะเกิดผลได้แก่ผู้รับ แต่จะไม่เกิดผลเท่าที่ควรเลยแก่ผู้ให้ ขอให้สำนึกในความจริงนี้ และพยายามปลูกเมตตากรุณาให้เกิดขึ้นจนเป็นความอ่อนโยนในใจตนเองจะเป็นผู้รับผลเต็มที่ สมตามที่ว่า กรรมของผู้ใดผลเป็นของผู้นั้น กรรมดีย่อมให้ผลดี

กรรมชั่วย่อมให้ผลชั่ว การทำใจให้ดี ให้มีเมตตากรุณา นั่นแหละเป็นอย่างหนึ่งของการทำกรรมดีที่สำคัญอย่างยิ่ง ผู้ทำจึงย่อมจะได้รับผลดีอย่างยิ่งจากกรรมคือการทำใจให้มีเมตตากรุณา

ได้กล่าวมาแล้วว่าเมตตากรุณาเป็นเรื่องของทุกคนทุกฝ่าย คือทุกคนทุกฝ่ายจะต้องมีเมตตากรุณาต่อกัน แม้เป็นผู้น้อยอยู่ในฐานะต่ำต้อยลำบากขาดความสมบูรณ์บริบูรณ์ ก็สามารถมีเมตตากรุณาได้ ด้วยการคำนึงห่วงใยถึงความสะดวกสบายของผู้ใหญ่ หลีกเลี่ยงการทำความเดือดร้อนวุ่นวายให้ด้วยความเมตตาปรารถนาจะให้เป็นสุข ทำทุกอย่างที่สามารถจะทำได้เพื่อช่วยให้ผู้ใหญ่ไม่ต้องมีความทุกข์หรือพ้นจากทุกข์ ลงมือปฏิบัติการเต็มความสามารถ เพื่อช่วยป้องกันและขจัดความทุกข์ที่จะเกิดแก่ท่านผู้ใหญ่ ทั้งนี้มิใช่ทำเพื่อหวังผลตอบแทน แต่เป็นการทำที่เกิดจากใจเมตตากรุณา เช่นนี้จึงจะเรียกว่าผู้น้อยนั้นเป็นผู้อบรมเมตตากรุณา ผู้ที่ทำเพื่อผลตอบแทนมิใช่มุ่งเพื่อช่วยให้พ้นทุกข์ หรือปรารถนาให้เป็นสุขจะเรียกว่าเป็นเมตตากรุณาไม่ได้ เพราะความหมายของเมตตากรุณาก็มีอยู่ชัดเจนดังกล่าวแล้ว

ด้วยเหตุนี้ อาจพิจารณาใจตนเองได้ว่าทำสิ่งใดด้วยใจมีเมตตากรุณาหรือด้วยมีจุดมุ่งหมายอื่น เมื่อพิจารณาเห็นว่าทำเพราะปรารถนาให้เขาเป็นสุขทำเพราะจะช่วยให้เขาพ้นทุกข์ นั่นแหละรู้ได้ว่าตนเองมีเมตตากรุณา แต่ถ้าทำเพราะเหตุอื่นก็ให้รู้ได้เช่นเดียวกันว่าตนยังมิได้มีเมตตากรุณา ให้พยายามเปลี่ยนจุดมุ่งหมายแห่งการกระทำของตนเสียให้ได้ ให้เป็นไปเพราะมีเมตตากรุณาเป็นเหตุ จะเป็นการกระทำที่เป็นกรรมดีอันจะให้ผลดีแก่ผู้ทำแน่นอน ไม่ว่าจะมุ่งหวังหรือไม่ก็ตาม

ทุกวันนี้ได้ยินได้ฟังเรื่องวุ่นเรื่องร้อนมากกว่าเคย ถ้าผู้วุ่นผู้ร้อนทั้งหลายปรารถนาจะคลายความวุ่นความร้อน ก็จะต้องอบรมพรหมวิหารให้เกิดขึ้น ให้มากจนกระทั่งอุเบกขาเกิดตามมาโดยอัตโนมัติ แล้วจะรู้ชัดถึงความสงบ ความเย็น ความไม่วุ่น ความไม่ร้อน โดยเฉพาะในใจตนเอง ซึ่งเป็นจุดสำคัญเหนือจุดอื่นทั้งหมด ถ้าใจเราเองไม่วุ่น ไม่ร้อนเสียแล้วที่เราจะวุ่นจะร้อนไม่มีเลย

เริ่มอบรมเมตตา แผ่เมตตาให้ตัวเองเสียก่อนเป็นอันดับหนึ่ง ทำใจให้สบาย ที่ทุกข์ที่ร้อนด้วยความคิดใด ๆ ก็ตาม ปัดไปเสียให้พ้น ถ้ามุ่งมั่นจะเมตตาตัวเองให้ไม่ทุกข์

ไม่ร้อนจริง ๆ ก็ต้องทำให้ได้ อย่าคิดอะไรที่เป็นเหตุแห่งความทุกข์ความร้อน ถ้าความคิดเช่นนั้นถูกปัดไปพ้นใจได้ ถูกระงับดับเสียได้ แม้กายจะอยู่ในสภาพที่ลำบากเพียงใด อยู่ในที่ที่มองดูเต็มไปด้วยความทุกข์ความร้อนเพียงใด ความยากลำบากทุกข์ร้อนนั้นมีก็เหมือนจะไม่มี ทั้งนี้ด้วยอำนาจเมตตากรุณาที่เราแผ่ให้ตัวเราเป็นเครื่องบันดาลให้เป็นไปนั่นเอง

ผู้ไม่เคยแผ่เมตตาให้ตัวเองด้วยวิธีดังกล่าว อาจจะไม่เคยซาบซึ้งถึงผลเช่นว่านี้ แต่ถ้าฝึกอบรมแผ่เมตตาให้ตัวเองดังกล่าวให้จริงจังจนได้ผลแล้ว จะได้ประจักษ์ชัดถึงอานุภาพของเมตตาอย่างแน่นอน เมตตาตนเอง กรุณาตนเอง จนใจตนเองสงบสบาย พ้นจากความทุกข์ความร้อนให้ได้เสียก่อน แล้วจะสามารถเมตตากรุณาทำความร่มเย็นเป็นสุขให้แก่โลกได้อย่างไม่ต้องสงสัย

อย่างไรก็ตาม เมื่อแผ่เมตตาให้ตนเองทีไร ก็ควรพยายามแผ่ไปถึงผู้อื่นด้วยเสมอไป แม้จะยังแผ่ไปไม่ได้กว้างไกลมากมายนัก ก็แผ่ไปได้ในผู้เป็นที่รักที่ชอบใจทั้งหลาย รักผู้ใดก็มุ่งใจเมตตากรุณาไปที่ผู้นั้นเถิด ให้มั่นคงสม่ำเสมอเถิด ด้วยการคิดเพียงว่า ขอให้เป็นสุข ขอให้พ้นทุกข์ ก็ยังดี แต่ต้องให้เป็นการคิดอย่างออกจากใจจริง ทุกเวลา รวมทั้งหลังสวดมนต์ไหว้พระแล้วด้วย เพราะขณะนั้นใจจะสงบกว่าปรกติ มีพลังกว่าปรกติ นึกถึงตัวเองด้วยความรัก นึกถึงผู้เป็นที่รักทั้งหลายด้วยความรัก แล้วก็แผ่เมตตาไปด้วยอำนาจของความรักนั้นแหละ ปรารถนาให้เป็นสุข ความอ่อนละมุนที่เกิดจากความรักแม้จะไม่เยือกเย็นเท่าความอ่อนละมุนที่เกิดจากเมตตาแต่ก็สามารถจะใช้เป็นทางเดินไปเมตตาได้อย่างดี ให้ใช้ความรักนั้นเป็นทางเดินไปสู่เมตตาก่อน ต่อเมื่อเมตตาเกิดแน่นอนแล้วความรักก็จะมีความหมายน้อยลงไป ความอ่อนละมุนของเมตตาจะเยือกเย็น ให้ผลเป็นความสุขกว่าขณะที่อาศัยความอ่อนละมุนของความรัก เพราะดังเคยได้ยินได้ฟังกันอยู่เสมอมาแล้ว ว่าความรักเป็นเหตุแห่งความทุกข์ ผู้ใดมีรักผู้นั้นมีทุกข์ ส่วนเมตตานั้นเป็นเหตุแห่งความสุขความเย็นอย่างเดียว เมตตาจึงมีค่ามีความหมายยิ่งกว่าความรักมากนัก

อาศัยความรักเป็นทางเดิน เป็นบันได เพื่อไปถึงเมตตาได้ เพื่อวันหนึ่งเราจะได้พ้นไปสู่ที่ที่สูงขึ้นไป ได้พบความดีความสุขที่ยิ่งขึ้นไป

ที่ให้อาศัยความรักเป็นบันไดก้าวไปสู่เมตตา คือให้แผ่เมตตาให้ผู้เป็นที่รักที่ชอบใจเสียก่อน เมตตาที่พยายามอบรมสม่ำเสมอ แม้ในขั้นแรกจะเพียงในผู้เป็นที่รักที่ชอบใจ

ทั้งหลาย มีตนเองเป็นต้น เมตตานั้นจะค่อย ๆ เกิดขึ้นในใจ ควบคู่ไปกับความรักความชอบใจ คือใจที่เคยมีแต่ความรักความชอบใจก็จะเป็นใจที่มีความรักระคนปนอยู่กับความเมตตา ไม่มีแต่ความรักล้วน ๆ และความเมตตาที่สามารถเกิดขึ้นปนอยู่กับความรักนั้น จะสามารถขยายออกไปถึงผู้ไม่เป็นที่รักที่ชอบใจก็ได้ เพราะของที่เกิดขึ้นแล้วมีอยู่แล้วย่อมสามารถหยิบยื่นให้ใครก็ได้ แม้จะไม่เต็มใจก็ให้ได้เมื่อมีอยู่ ตรงกันข้ามกับของที่ไม่มี อยากจะให้ก็ให้ไม่ได้ ต้องทำให้มีขึ้นเสียก่อน เช่นเมตตาก็ต้องอบรมให้มีขึ้นเสียก่อน

ดังนั้นเมื่ออบรมเมตตาให้เกิดขึ้นแล้วควบคู่ไปกับความรักความชอบใจ ก็ให้หยิบยื่นคือแผ่เมตตานั้นไปให้ผู้ที่ไม่เป็นที่รักที่ชอบใจบ้าง อย่าฝืนใจให้ก็ยังใช้ได้ คือฝืนใจตัวเองให้ปรารถนาให้ผู้ไม่เป็นที่รักที่ชอบใจเป็นสุข ฝืนใจไว้เรื่อย ๆ เสมอ ๆ ซึ่งการฝืนใจเช่นนี้ทำได้ไม่ยากจนเกินไปนักในเมื่อมีเมตตาเกิดอยู่แล้วในใจ แม้จะเป็นเมตตาในผู้เป็นที่รักที่ชอบใจก็ตาม ทำง่าย ๆ ดังนี้ เมื่อเกิดความทุกข์ร้อนแก่ผู้ไม่เป็นที่รักที่ชอบใจของเราก็ให้บังคับใจตนเองให้คิดว่าขอให้เราเป็นสุขเถิด ขอให้เขาเป็นสุขเถิด อย่ามีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย ให้หยุดความคิดอื่นทั้งหมดเสียชั่วระยะ แล้วคิดดังกล่าวต่อผู้ไม่เป็นที่รักที่ชอบใจซึ่งกำลังมีทุกข์มีร้อนนั้น คิดซ้ำไปซ้ำมาเช่นนั้นให้นานเท่าที่สามารถทำได้ เมื่อความคิดอื่นก็จะเกิดขึ้นให้ปัดไปเสีย คิดดังกล่าวแทน ทำเช่นนี้บ่อย ๆ กับใคร ๆ ทั้งนั้น ต่อไปความคิดที่เรียกว่าเป็นเมตตาปรารถนาให้เป็นสุขนี้ก็จะเกิดเป็นนิสัย จะเกิดขึ้นได้เองเหมือนอัตโนมัติ เหมือนผู้ที่หัดท่องพุทโธเป็นประจำทุกวัน เวลาตกอยู่ในอันตรายก็จะท่องพุทโธได้เองโดยอัตโนมัติ เป็นเหตุแห่งความสวัสดีได้อย่างแท้จริง การอบรมเมตตาด้วยวิธีคิดดังกล่าวจะไม่เป็นคุณแก่ผู้อื่นก่อนแก่ตัวเอง ตัวเองจะได้รับคุณของเมตตาก่อนแน่นอน ลองคิดดูด้วยเหตุผลก็จะเห็นจริง เมตตาเป็นความเย็น เมื่อทำความเย็นให้เกิดขึ้นได้ในใจตน ก็ต้องเป็นคุณแก่ตนนั่นแหละก่อนที่เมตตาจะเดินทางไปถึงผู้อื่น ผู้อื่นนั้นก็ต้องได้รับความเย็นทีหลังเมตตาถึงใจผู้ให้ก่อน ผู้ให้ก็ต้องเย็นก่อน เรียกว่าได้รับคุณของเมตตาก่อน เมื่อเป็นเช่นนี้แล้วจะไม่น่าอบรมเมตตาในใจตนอย่างไรเล่า

มีอะไรหรือที่ยากในการอบรมเมตตา ขอเพียงให้มั่นใจเสียก่อนเท่านั้น ว่าเมตตาเป็นคุณอย่างยิ่งสำหรับตนเอง แล้วการอบรมก็จะตามมาได้ง่าย ๆ ถ้าไม่เชื่อไม่มั่นใจเสียก่อน

ว่าเมตตานั้นเป็นคุณแก่ตนเองยิ่งกว่าแก่ผู้อื่น การจะอบรมเมตตาก็ย่อมเป็นไปได้ยาก เพราะจะไม่ยอมอบรม อะไรทั้งนั้นถ้าไม่ทำแล้วจะเรียกว่าทำไม่ได้ ไม่ถูก ทำเสียก่อนแล้วจะทำได้เอง อบรมเมตตาก็เช่นกัน ทำเช่นที่กล่าวมาแล้วเป็นลำดับเสียก่อน จะสำเร็จเอง

ผลของการกระทำมีสองอย่าง คือให้ผลทันทีทันใด กับผลค่อย ๆ ปรากฏ การอบรมเมตตาที่ให้ผลทันทีทันใดก็มีดังกล่าวแล้ว คือให้คิดเหมือนท่องขึ้นใจ ว่าขอให้เป็นสุข เป็นสุขเมื่อได้รู้ได้เห็นว่าผู้หนึ่งผู้ใดเป็นทุกข์หรือเมื่อนึกถึงผู้หนึ่งผู้ใดขึ้นมาเฉย ๆ ก็ตาม การคิดเช่นนี้เรียกว่าผลของการอบรมเมตตาจะเกิดขึ้นทันที คือเมตตาเกิดขึ้นทันทีในใจเรา เป็นการอบรมเมตตาโดยตรง และแม้ทำเช่นนี้เสมอไม่ละเลยเสียก็จะเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับใจได้ อย่างไรก็ตามจำเป็นต้องเข้าใจว่าเมื่อจะนึกเช่นนั้นต้องให้ใจนึกจริง ๆ ไม่ใช่ว่าไปแต่ปากใจไม่รับรู้ด้วย ใจต้องรับรู้ด้วยทุกอย่างจึงเกิดผล เพราะใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน ทุกสิ่งสำเร็จด้วยใจ ใจมีความสำคัญถึงเพียงนี้ จึงควรระวังรักษาใจอบรมทะนุถนอมใจ ให้ดีที่สุดเสมอแล

การอบรมใจให้อ่อนละมุนด้วยเมตตานับว่าเป็นการอบรมทะนุถนอมใจที่ดีที่สุดประการหนึ่ง ความสุขสงบเยือกเย็นของใจที่เมตตามีมากพอสมควรแล้ว เป็นความสุขที่ผู้ได้รับเองจักยอมรับว่ามีค่าอย่างยิ่ง น่าหวงแหนรักษาอย่างยิ่ง สำหรับผู้ที่ยังไม่เคยได้รับผลเช่นนั้นด้วยตนเอง แม้ลองเชื่อไว้ก่อนและอบรมเมตตาให้เกิดขึ้นโดยอาศัยความเชื่อเป็นกำลังส่งเสริม วันหนึ่งก็จะได้รับผลด้วยตนเอง ผู้ที่ไม่ยอมเชื่ออะไรเลย แม้ไม่ยอมเชื่อในเรื่องเมตตาและการให้ผลของเมตตาด้วย ก็จักขาดประโยชน์อย่างยิ่งประการหนึ่งที่ควรได้รับ

อย่างไรก็ดี จำเป็นต้องกล่าวว่า เมตตากรุณาไม่ได้หมายถึงการคลุกคลีหรือการเสวนาคบหา การเสวนาคบหาจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพิจารณาเลือกเฟ้นอย่างรอบคอบ แต่เมตตากรุณาแล้วพึงมีอย่างปราศจากขอบเขต ดังนั้น เมตตากรุณาจึงไม่หมายถึงการต้องเข้าคบหาคลุกคลีกับคนทั้งหมดเสมอกัน อันการคบคนนั้นท่านสอนให้เลือก มิฉะนั้นถ้าคบพาลแล้วก็ย่อมไม่พ้นโทษของการคบพาล พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่าการไม่คบคนพาลเป็นมงคลอันอุดม เช่นเดียวกันการคบบัณฑิตคือคนดีก็เป็นมงคลอันอุดม แต่การจะให้เมตตากรุณานั้นเลือกพาลเลือกบัณฑิตไม่ได้ เมตตากรุณาต้องแผ่ไปทั่วถึงทั้งพาลและบัณฑิต ทั้งคนดี

และคนไม่ดี ทั้งผู้สูงกว่าและผู้ต่ำกว่า ตลอดจนถึงผู้เสมอกัน รวมทั้งตัวเองด้วย แต่การปฏิบัติเพื่อแสดงออกซึ่งเมตตากรุณานั้นต้องเหมาะต้องควร ต้องให้เกิดมงคลแก่ตนเอง

เมตตากรุณาคนพาลก็ต้องเป็นอย่างหนึ่ง เมตตากรุณาคนดีก็ต้องเป็นอย่างหนึ่ง การแสดงออกซึ่งเมตตากรุณาโดยไม่คำนึงถึงความถูกต้องย่อมเป็นภัย โดยเฉพาะเมื่อคนพาลกับคนดีเป็นคู่กรณีกัน การแสดงออกซึ่งเมตตากรุณาต้องเหมาะสม ต้องระมัดระวังอย่าให้เป็นการเมตตากรุณาฝ่ายหนึ่งและเป็นการไม่เมตตากรุณาอีกฝ่ายหนึ่ง เท่าที่ปรากฏบ่อย ๆ เมื่อจะแสดงออกซึ่งเมตตากรุณาในกรณีที่เกี่ยวข้องกับคนดีและคนพาล หรือคนถูกกับคนผิด ผู้เมตตากรุณามักจะคิดว่าช่วยคนผิดให้พ้นโทษภัยไว้ก่อนนั้นเป็นการแสดงเมตตากรุณาที่แท้จริง เพราะคนถูกหรือคนดีย่อมถูกย่อมดีอยู่ด้วยตัวของเขาแล้ว คนผิดหรือคนไม่ดีนั่นแหละที่ต้องการเมตตากรุณาเพื่อเป็นกำลังใจให้ดีขึ้น ความเข้าใจและปฏิบัติเมตตากรุณาเช่นนี้ผิด การลงโทษที่เหมาะสมแก่ความผิด ด้วยจิตใจที่ปรารถนาดีให้เขาได้สำนึกผิดได้มีโอกาสกลับตัวกลับใจต่างหากที่เป็นการแสดงออกซึ่งเมตตากรุณาที่ถูกต้องแท้จริง

มารดาบิดาพวกหนึ่ง ซึ่งอาจมีจำนวนมาก มีความรักบุตรธิดาของตนและเชื่อว่าตนมีความรักบุตรธิดา ระวังน้ำใจบุตรธิดามิให้ต้องชอกช้ำอยู่เสมอ ไม่ว่าบุตรธิดาจะทำถูกหรือทำผิดมารดาบิดาพวกนั้นก็จะให้แต่ความรักความทะนุถนอมน้ำใจ ทำถูกก็ดี ทำผิดก็ไม่เป็นไร หาเหตุผลมายกขึ้นเข้าข้างมิให้ต้องหมองมัวหัวใจ เช่นนี้จะกล่าวว่ามารดาบิดาเช่นนั้นมีเมตตากรุณาต่อบุตรธิดาหาได้ไม่ เข้าแบบเดียวกับเรื่องสอนลูกให้เป็นโจร ลูกลักของเขา ขโมยของเขาก็ไม่ว่า ก็ชื่นชม ลูกไปเอารัดเอาเปรียบเขาก็ไม่ว่า ก็ยินดี ลูกไปทะเลาะเบาะแว้งมีเรื่องมีราวกับเขา ก็ไม่ว่า ก็ช่วยตำหนิติฉินอีกฝ่ายหนึ่งโดยไม่คำนึงถึงความถูกผิดของฝ่ายเขาหรือของฝ่ายลูกเราเอง เช่นนี้แล้วลูกที่เป็นเด็กจะสามารถรู้ถูกรู้ผิดได้อย่างไร ยังเด็กทำผิดได้น้อย โตขึ้นก็จะทำได้มาก เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้วคิดดูให้ดีจะเห็นว่าใครเล่าที่ไม่ช่วยให้เด็กรู้ถูกรู้ผิดรู้ดีรู้ชั่ว โอกาสมีจะช่วยได้แล้วไม่ช่วยจะเรียกว่าเมตตากรุณาได้อย่างไร ผู้ใหญ่หรือมารดาบิดาที่เข้าข้างบุตรธิดาหรือใครก็ตามเช่นนี้เรียกว่าไม่เมตตากรุณา เพราะเมตตากรุณานั้นไม่ใช่จะต้องเข้าข้างทะนุถนอมน้ำใจกันอยู่ไม่เลือกถูกเลือกผิด การดุว่าทุบตีที่ไม่เกินสมควรเรียกว่าเป็นการแสดงออกซึ่งเมตตากรุณาได้ และน่าจะเป็นเมตตากรุณาที่สูงมากเสียด้วยซ้ำ

เพราะเมื่อจะต้องลงโทษบุตรธิดาหรือผู้เป็นที่รักนั้นมารดาบิดาหรือผู้ใดก็ตามจะต้องกระเทือนใจ แต่ที่ยอมรับความกระเทือนใจเสียเองก็เพราะมีเมตตาอย่างแท้จริง คงจะเคยมีผู้เห็นมารดาบางคนที่เฆี่ยนตีดุว่าบุตรธิดาที่ทำผิดทำชั่วไปพลางร้องไห้ไปพลางด้วยความสงสารลูกของตน นั่นแหละคือเมตตากรุณาที่สูงมาก ที่แท้จริง แต่อย่างไรก็ตาม ความหวั่นไหวชอกช้ำเสียอกเสียใจอย่างมากเพื่อแสดงเมตตากรุณาเช่นนั้นก็นับว่าเป็นเมตตากรุณาที่ยังไม่สมบูรณ์พร้อม เพราะขาดอุเบกขา ความวางใจเป็นกลาง ไม่ยินดียินร้าย

อุเบกขานั้นไม่หมายความว่าวางเฉยโดยไม่มีเมตตากรุณา อุเบกขาที่เป็นการวางเฉยโดยมีเมตตากรุณาได้พร้อมบริบูรณ์จึงจะเป็นอุเบกขาที่แท้ เป็นอุเบกขาในพรหมวิหารธรรมที่ควรอบรมให้มีขึ้นมาก ๆ อย่างที่สุด โดยเฉพาะเมื่อปรารถนาจะช่วยตนเอง ช่วยผู้ที่ตนรักตนชอบใจ ช่วยประเทศชาติศาสนาพระมหากษัตริย์ของตน พรหมวิหารธรรมเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการช่วยดังกล่าวแล้ว เช่นเดียวกับการช่วยด้วยวิธีอื่นที่ดำเนินกันอยู่เหมือนกัน แต่พรหมวิหารธรรมจะเป็นพลังที่เข้มแข็ง ส่งเสริมให้การช่วยด้วยวิธีทั้งหลายอื่นสัมฤทธิ์ผลยิ่งขึ้น ทำตนเองให้เป็นผู้มีพรหมวิหารได้เพียงคนเดียว ผลจะกว้างใหญ่ไพศาลออกไปอย่างน่าอัศจรรย์ ถ้าหลาย ๆ คน หรือทุก ๆ คน ต่างพยายามทำตนให้เป็นผู้มีพรหมวิหารด้วยกันแล้ว ก็จะได้พบความสุขใจอย่างยิ่ง สมปรารถนาที่พากันใฝ่ฝันอยู่ในทุกวันนี้ว่าทำไมจะทำให้บ้านเมืองไทยเรานี้มีความร่มเย็นเป็นสุขได้แท้จริงเสียที

พรหมวิหารธรรมศักดิ์สิทธิ์จริง ช่วยได้จริง ศรัทธาในความจริงนี้ให้มั่น แล้วจะเป็นการเปิดทางดำเนินไปสู่ความเป็นผู้มีพรหมวิหารธรรมได้แน่นอน

พรหมวิหารธรรมมีความเกี่ยวข้องกับกรรมอย่างสำคัญ ผู้มีพรหมวิหารธรรมพอสมควรจะสามารถช่วยใจตนให้สามารถผจญกรรมได้อย่างมีความสุขพอสมควร ไม่เร่าร้อนรุนแรงเช่นที่เป็นกันอยู่ทั่ว ๆ ไป ดังที่ปรากฏอยู่ทุกวันนี้ ขอให้พิจารณาจะแลเห็นอานุภาพของพรหมวิหารธรรมต่ออำนาจของกรรม

เรื่องของกรรมนั้นสลับซับซ้อน จนสามัญชนเข้าใจไม่ได้ แลไม่เห็น รู้ไม่ถึงว่าตนได้ทำกรรมใดไว้บ้าง ผลของกรรมใดกำลังจะให้ผล เป็นผลดีหรือผลร้าย คนที่วินาทีนี้ยังมีลมหายใจเข้าออกเป็นปรกติดีอยู่ แต่วินาทีต่อไปกลับกลายเป็นร่างที่ปราศจากลมหายใจ

หรือที่เรียกว่าอยู่ดี ๆ ก็ตาย ตายไม่รู้ตัว ตายดีก็มี ตายร้ายก็มี นี่คือเรื่องของกรรมที่สลับซับซ้อนอย่างยิ่ง ผู้ที่มั่งมีศรีสุขอย่างมากมายแล้วกลับสิ้นเนื้อประดาตัวก็เรื่องของกรรม ผู้ที่ยากจนเข็ญใจอยู่วันนี้อาจจะกลายเป็นมหาเศรษฐีในวันพรุ่งนี้เช่นได้ลาภลอยจำนวนใหญ่ ก็เป็นเรื่องของกรรม กรรมที่ทุกคนต่างได้ทำกันไว้มากมายหลายภพหลายชาติที่นับไม่ถ้วน รวมทั้งกรรมในชาตินี้ด้วย

นึกถึงกรรมให้ชัดเจนแม้พอสมควร ให้เห็นความน่ากลัวของกรรมไม่ดี และให้เห็นความน่าชื่นชอบของกรรมที่ดี แล้วก็ให้นึกถึงสภาพของจิตใจที่คนทั้งหลายต้องผจญกรรม โดยเฉพาะกรรมไม่ดี ผู้ที่ต้องกระทบกระเทือนใจอย่างรุนแรงจนขาดสติถึงเป็นบ้าเป็นหลังไป เมื่อต้องผจญกับผลที่ร้ายแรงของกรรมไม่ดีมีอยู่ไม่น้อย บุคคลเหล่านี้แม้อบรมพรหมวิหาร-ธรรมไว้บ้างพอสมควรก็จะไม่เป็นเช่นนั้น จะขอยกตัวอย่าง

เมื่อต้องผิดหวังอย่างรุนแรงเพราะบุคคลผู้เป็นที่รัก จะด้วยการพลัดพรากจากเป็น หรือจากตายก็ตาม ผู้มีพรหมวิหารธรรมบริบูรณ์ คือมีอุเบกขาความวางใจเป็นกลางด้วย ก็จะสามารถทำใจให้คลายความยินร้ายได้ ถ้าเป็นการพลัดพรากเพราะการทำผิดของฝ่ายหนึ่ง อย่างรุนแรง เมตตากรุณาจำเป็นต้องนำมาใช้ก่อน ผู้ที่ทำไม่ดีก็ควรได้รับความเมตตาและควรได้รับความกรุณา เมื่อให้ความเมตตาและกรุณาเต็มที่แล้ว ไม่เกิดผลแล้วนั่นแหละให้ใช้อุเบกขา ไม่ควรใช้วิธีอื่นในการรับผลของกรรมทุกอย่าง โดยเฉพาะอย่างยิ่งไม่ควรใช้โทสะพยาบาท โกรธอย่างมากแล้วเลิกราไม่ให้ความอุปการะช่วยเหลือหรือความสนใจใยดีนั้นผิด มีมารดาบิดาหลายคนที่กล่าวว่าบุตรธิดาคนนั้นคนนี้ทำผิดร้ายขนาดนั้นขนาดนี้ ไม่ทนอีกต่อไปแล้ว จะไปเป็นไปตายที่ไหนก็ไม่สนใจใยดีอีกต่อไปแล้ว เช่นนี้ไม่ถูก ยิ่งมารดาบิดาที่เป็นคนเด็ดเดี่ยว พูดจริงทำจริงด้วยแล้ว ยิ่งต้องระวังในเรื่องนี้ให้อย่างยิ่ง หากจะวางมือวางใจจากบุตรธิดาในเรื่องนี้ก็ควรใช้อุเบกขาในพรหมวิหารจึงจะถูกต้อง

ใช้อุเบกขาในพรหมวิหารก็คือ ให้คิดสงสารที่คนคนนั้นประพฤติปฏิบัติไม่ดี เมื่อปล่อยใจให้เมตตากรุณาด้วยความคิดที่อ่อนละมุนเต็มความสามารถแล้ว และพิจารณาแล้วเห็นว่าไม่สามารถช่วยเหลือได้อีกต่อไป ก็ให้วางใจลงขณะที่เมตตาสงสาร นั่นแหละถูกต้อง อุเบกขาในขณะที่เมตตานั้นเป็นไปได้อย่างงดงามถูกต้อง แต่อุเบกขาขณะโกรธแค้นพยาบาท

นั้นไม่ถูกอย่างยิ่ง ไม่ควรทำเป็นอันขาด ไม่ใช่อุเบกขาที่ถูกต้อง ไม่ใช่อุเบกขาในพรหมวิหารธรรม

คนทุกคนเกิดจากเลือดเนื้อเพียงนิดเดียว เหมือนกันหมด ไม่ได้เกิดจากอื่น ลองคิดดูให้เห็นภาพเลือดเนื้อเพียงน้อยนิดอาจแลไม่เห็นด้วยตาเปล่า และก็เลือดเนื้อนั้นแหละได้ค่อยขยายใหญ่ขึ้นจนกระทั่งเป็นคน เป็นหญิงเป็นชาย ขอให้คิดต่อไปว่าเลือดเนื้อเพียงเล็กนิดเดียวนั้นนั่นหรือคือเราคือเขา ถ้าคิดแล้วเชื่อแล้วว่าจะไม่มีใครเลยที่ถือว่าเลือดเนื้อน้อย ๆ นั้นเป็นตัวเราตัวเขา ก็ให้คิดต่อไปว่าแล้วความเป็นเราเป็นเขาเกิดได้อย่างไร เราเข้ามาสู่เลือดเนื้อนิดเดียวนั้นจากไหน เพียงแต่ว่าเลือดเนื้อนิด ๆ ขยายใหญ่ขึ้นเปลี่ยนรูปแปรร่างไปเท่านั้นหรือทำให้ยึดเกิดเป็นเราเป็นเขาขึ้นมา หรือว่ามีอะไรอื่นที่จะทำให้เลือดเนื้อนั้นมีความเป็นเราเป็นเขาได้ ค่อย ๆ ใช้ปัญญาที่ละเอียดสุขุมใคร่ครวญคิดไป จะได้คำตอบอย่างแน่นอนว่า ไม่มีอะไรอื่นเลย เลือดเนื้อเล็กนิดนั้นเพียงแต่ขยายใหญ่ขึ้นเพราะได้อาหารไปบำรุงเลี้ยงแท้ ๆ ไม่ใช่เพราะอะไรอื่น อาหารคือน้ำ นม ข้าว ขนม อะไรเหล่านี้ ที่ทำให้เลือดเนื้อน้อย ๆ ใหญ่ขึ้น ๆ ข้าวปลาอาหารเหล่านั้นนั่นหรือคือเราคือเขา ก็ไม่ใช่ทั้งสิ้น คิดเช่นนี้ให้มาก ให้สม่ำเสมอ ด้วยปัญญาของมนุษย์เรานี่แหละแล้วจะเข้าใจดีขึ้น แม้พอประมาณว่าทุกคนก็คือเลือดเนื้อของมนุษย์หญิงชายเหมือนกัน ได้อาหารเข้าก็ใหญ่ขึ้น เปลี่ยนรูปแปรร่างไปต่าง ๆ เท่านั้นเอง ไม่มีเรามีเขาที่ไหน ฉะนั้นการจะยึดมั่นว่านั่นเรานี่เขา นั่นของเรานี่ของเขา ก็จะถูกไปไม่ได้ มีปัญญาเห็นชอบแม้พอสมควรก็น่าจะวางความแบ่งแยกเราเขาของเราของเขาลงได้บ้าง แม้พอสมควร

การวางเราวางเขาลงได้แม้พอสมควรเช่นนี้ จะรู้สึกได้ถึงความสงบสบายใจกว่าเดิม และการวางเราวางเขาลงได้นี่แหละเป็นทางหนึ่งแห่งการอบรมเมตตา ในเมื่อไม่มีเราไม่มีเขาแล้ว เมตตาย่อมไพศาลไม่มีขอบเขต

ขอให้เราเขาเป็นเพียงสมมุติที่จำเป็นต้องนำมาใช้เพื่อให้พูดกันเข้าใจ เหมือนสมมุติเรียกว่านายแดงนายดำ พยายามฝึกใจให้สม่ำเสมอในเรื่องความไม่มีเราไม่มีเขานี้เถิด จะได้รับประโยชน์ยิ่งใหญ่ ผู้ที่คิดว่าเราต้องสำคัญ เราต้องเป็นที่รักที่ห่วงใยยิ่งกว่าเขา นั้นคิดผิด เพราะความคิดเช่นนั้นอันจะนำให้เกิดการปฏิบัติต่าง ๆ ต่อไปอีกมากมายนั้นจะทำให้ไม่มี

ความสุขเท่าที่ควรเลย แต่ถ้าสามารถตัดความคิดที่ว่านั่นเรานี่เขาลงเสียได้พอสมควร รู้สึกว่าเราหรือเขาก็เหมือนกัน เกิดจากเลือดเนื้อนิดเดียวเหมือนกัน ไม่มีอะไรแตกต่างกันเลย เลือดเนื้อนั้นจะแปรรูปร่างเปลี่ยนสีสันเป็นขาวดำสูงใหญ่ สวยงามหรือไม่สวยงามอย่างไร ก็เลือดเนื้อนั่นแหละ เลือดเนื้อที่มีอาหาร มีวิญญาณไปช่วยทำให้แปรเปลี่ยนไปเท่านั้น ไม่มีอะไรที่แสดงความเป็นเราเป็นเขาเข้าไปแทรกแซงอยู่เลย อวิชชาความโง่ที่มีมากมายเหลือเกินของสามัญชนนั่นเองที่ทำให้วุ่นวายยึดถือไปอย่างผิด ๆ เกิดเป็นตัวเราของเราขึ้น เกิดการทำตัวเราของเรานี่ให้ยุ่งยากวุ่นวายเดือดร้อนอยู่อย่างยิ่ง

เลือดเนื้อนิดเดียวที่แลแทบไม่เห็นด้วยสายตาธรรมดา เมื่อได้รับอาหารเติบใหญ่ขึ้น รูปร่างแปรเปลี่ยน เป็นตะปุ่มตะป่ำในขั้นแรก และกลายเป็นสิ่งที่สมมุติเรียกว่าหัว แขน ขา มือ เท้า เป็นต้น ซึ่งเมื่อรวมแล้วก็สมมุติเรียกว่าคนบ้างสัตว์บ้าง สัตว์นั้นก็แยกออกเป็นประเภทต่าง ๆ เช่น แมว หมู หมา เป็นต้น ตามลักษณะรูปร่างที่มีกำหนดสมมุติไว้ว่ารูปร่างลักษณะอย่างนั้นเป็นหมู รูปร่างลักษณะอย่างนั้นเป็นแมว แต่คนหรือมนุษย์นั้นไม่มีแยกแบบสัตว์ คนก็เป็นคนทีเดียว ถึงจะมีเรียกว่าคนป่า คนดอย คนเมือง แต่ก็เป็นคน มีรูปร่างแบบเดียวกัน มีแตกต่างกันแต่เพียงเพศหญิงเพศชายเท่านั้น ทั้งคนทั้งสัตว์ดังกล่าวมีกำเนิดจากเลือดเนื้อที่เล็กแสนเล็ก และค่อยขยายใหญ่เปลี่ยนรูปลักษณะไปตามวันเวลาด้วยอาศัยอาหารเป็นเครื่องหล่อเลี้ยง ขอให้พยายามรวมใจรวมสติคิดถึงความจริงนี้ก็ย่อมจะเห็นตามได้ เพราะเป็นความจริงที่ปราศจากข้อควรนำมาแย้งได้แล

แม้แต่เลือดเนื้อในตัวเราเองแท้ ๆ เมื่อตกจากร่างแล้วก็ไม่มีผู้ใดจะถือว่านั้นเป็นเราได้เลย เลือดคือเลือด คือธาตุน้ำ เนื้อคือเนื้อ คือธาตุดิน ไม่มีอะไรที่อาจทำให้เลือดเนื้อกลายเป็นเราเป็นเขาได้ เมื่อได้รับอาหารกลายเป็นรูปร่างขึ้น ก็เป็นสิ่งที่เกิดจากเลือดเนื้อนั่นเอง รูปร่างหน้าตาที่ผิดแผกแตกต่างกันออกไปไม่ใช่เครื่องหมายชี้ว่าเป็นตัวเราตัวเขาเหมือนสัตว์ต่าง ๆ ชนิด ที่แม้จะเป็นสัตว์ชนิดเดียวกันเช่นแมวหรือหมา ก็ยังมีรูปร่างหน้าตาที่ผิดแผกแตกต่างกันออกไป หรือเหมือนต้นไม้พันธุ์เดียวกัน เช่นมะม่วงเป็นต้น ก็ยังมีรูปทรงของต้นของกิ่งก้านแตกต่างกันได้ เลือดเนื้อคนคนก็เป็นไปได้แบบเดียวกันนี่เอง ฉะนั้นอย่าถือว่าเลือดเนื้อนิดหนึ่งนิดใดเป็นเราเป็นเขาเลย ไม่ถูก ไม่จริง เลือดเนื้อก็เป็นเลือดเนื้อ

นั่นแหละ เราก็เลือดเนื้อ เขาก็เลือดเนื้อ ใหญ่โตเปลี่ยนรูปแปรร่างไปต่าง ๆ กันเท่านั้น มีธาตุดินธาตุน้ำธาตุลมธาตุไฟธาตุอากาศมาผสมและทำให้เป็นไปต่าง ๆ นานาเท่านั้น แต่ความจริงแล้วคนเรานี้ก็เริ่มแต่เลือดเนื้อเล็กนิดเดียวด้วยกัน

ลองใช้เข็มแทงนิ้วตัวเองให้เลือดสักหยดหนึ่งหยดลงในภาชนะอะไรก็ได้ แล้วพิจารณาดูซิว่านั่นหรือคือเรา มีอะไรที่เป็นเรา เลือดเนื้อของท่านผู้เป็นมารดาบิดาของเราที่เป็นจุดเริ่มของตัวเราตัวเขากับเต็มบ้านเต็มเมืองเต็มโลกก็เช่นเดียวกัน มีอะไรที่เป็นเรา การที่เลือดเนื้อขยายใหญ่ขึ้นทำให้เป็นเราได้หรือ นึกเปรียบไปถึงมะม่วงก็ได้ เริ่มจากเม็ด งอกเป็นต้น ต้นเล็กก็มะม่วง โตขึ้นก็มะม่วง โตเท่าไร ๆ ก็มะม่วง เลือดเนื้อของท่านผู้เป็นมารดาบิดาของเราแต่ละคนก็เช่นกัน เริ่มด้วยความเป็นเลือดเนื้อหรือเป็นธาตุน้ำธาตุดินนั่นแหละ เมื่อขยายใหญ่หรือเติบโตขึ้นจะเป็นอื่นไปได้หรือนอกจากเป็นเลือดเนื้อ แต่เมื่อมีอาหารที่เป็นธาตุดินบ้างไฟบ้างลมบ้างอากาศบ้างมาเลี้ยงให้เติบโต เลือดเนื้อน้อย ๆ หรือธาตุน้ำธาตุดินก็มีธาตุไฟธาตุลมธาตุอากาศมาปน รวมเข้าเป็นมนุษย์เป็นคนนี่เอง ธาตุเราธาตุเขาไม่มี แล้วความเป็นเราเป็นเขาจะมีได้อย่างไร มีก็เพราะอวิชชาความรู้ไม่ถูกที่มีเต็มเปี่ยมเท่านั้น

ความคิดเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งของคนเราทุกคน เพราะความคิดจะสามารถพาไปที่ดีที่ชั่วได้ทุกแห่ง พาไปพบสุขพบทุกข์ก็ได้เช่นกัน เพราะฉะนั้นจึงควรต้องระวังใช้ความคิดที่ทุกคนมีอยู่ให้ถูกต้อง คิดเพื่ออบรมพรหมวิหารธรรมให้เกิดขึ้นให้เพิ่มพูนขึ้น นั่นเป็นวิธีหนึ่งที่ถูกต้องสำหรับใช้ความคิด คิดเพื่อลดความยึดมั่นว่าเป็นตัวเราของเราก็เป็นวิธีที่ถูกต้อง และควรฝึกใช้ความคิดเช่นนี้ให้สม่ำเสมอ อย่าเห็นเป็นเรื่องเหลวไหลไร้ความสำคัญ ดังเช่นได้กล่าวมาแล้วให้หัดคิดให้เห็นว่าไม่มีเรา ร่างกายนี้เกิดจากเลือดเนื้อเล็กนิดเดียวอันเป็นธาตุน้ำธาตุดิน และได้รับการผสมปรุงแต่งด้วยธาตุไฟธาตุลมธาตุอากาศ ร่างกายนี้ความจริงจึงเป็นธาตุดินธาตุน้ำธาตุลมธาตุไฟธาตุอากาศแท้ ๆ ตัวเราเข้าไปปนได้อย่างไรในเมื่อไม่มีธาตุเราอยู่ที่ไหน พยายามคิดไว้ให้เสมอ จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งแน่นอน คิดอย่างไรก็คิดไปได้ทั้งนั้น สำคัญที่ต้องมุ่งไปให้เห็นว่าไม่มีธาตุเราในร่างกายนี้

ธาตุเรามีลักษณะอย่างไรไม่มีผู้ใดเคยรู้เคยเห็น ไม่เคยมีคำจำกัดความของธาตุเราก็แสดงชัดอยู่แล้วว่าธาตุเราไม่มี แล้วจะเข้าไปปนอยู่กับธาตุดินธาตุน้ำธาตุลมธาตุไฟธาตุอากาศ

ให้พลอยมีส่วนเป็นตัวเราขึ้นมาได้อย่างไร จะเรียกว่าตัวดิน ตัวน้ำ ตัวไฟ ตัวลม ตัวอากาศ เสียยังน่าฟัง เพราะมีเหตุผล ถ้าจะเรียกว่าตัวเราก็ให้เข้าใจว่าหมายถึงเป็นคำรวมของ ตัวดิน ตัวน้ำ ตัวไฟ ตัวลม ตัวอากาศ ถ้าเข้าใจเสียเช่นนี้ก็ใช้ได้ อย่าเข้าใจเช่นที่เข้าใจกันอยู่ทั่ว ๆ ไป ว่าตัวเราหมายถึงคนพิเศษที่มีความสำคัญเป็นพิเศษ ต้องผูกพันยึดมั่นเป็นพิเศษ ต้องทำทุกสิ่งทุกอย่างไม่เลือกดีเลือกชั่วเพื่อตัวเรานี้ แต่ขอย้ำว่า ถ้าจะเรียกว่าตัวเราก็ขอให้พยายามทำใจให้เข้าใจให้ชัดเจนว่าตัวเราคือคำที่หมายถึงธาตุดินน้ำไฟลมอากาศรวมกันเท่านั้น ไม่มีความเป็นพิเศษอื่นเลย ตัวเขาก็เช่นเดียวกัน ที่จำเป็นต้องเรียกเสียให้แตกต่างกัน ก็เพื่อให้รู้เรื่องกันเท่านั้น นอกนั้นแล้วไม่มีอะไรพิเศษกว่ากันเลย พยายามคิดเช่นนี้ไว้ให้เสมอ จะค่อย ๆ ซาบซึ้งและยอมรับความจริงอันเป็นคุณอย่างยิ่งนี้ไปทีละเล็กละน้อย

และก็เป็นจริงเช่นนั้น เราอยู่ที่ไหน เข้าไปมีส่วนในธาตุทั้งหลายนั้นเมื่อไร ไม่มีเลย ความเป็นเราก็ต้องไม่มี คิดเข้าคิดให้มาก ๆ คิดไปคิดมา คิดเช่นนี้จนเกิดความรู้จริงรู้ชัดขึ้นแล้วจะได้พบความสุข ได้มีพรหมวิหารธรรมเกิดขึ้นเต็มที่ ได้เป็นพรหมโดยสมบูรณ์แม้ยังอยู่ในโลกมนุษย์นี้

เมื่อความยึดมั่นว่านั่นเรานั่นเขาไม่มีแล้ว เมตตากรุณาย่อมกว้างขวางนัก คนนั้นทุกข์ก็จะไม่เป็นเขาทุกข์จะเป็นเหมือนทุกข์ของเราด้วยเช่นกัน ความปรารถนาให้เป็นสุขคือเมตตา ความพยายามช่วยให้พ้นทุกข์คือกรุณา ย่อมดำเนินไปอย่างเต็มที่ และเมื่อเมตตากรุณาเต็มที่แล้ว ความเย็นอย่างยิ่งจะเกิดในใจเราเองอย่างเต็มที่เช่นกัน คุณของการพิจารณาให้เห็นความไม่มีตัวเราตัวเขาของเราของเขา จึงใหญ่ยิ่งนัก

ผู้ที่สามารถคลายความยึดมั่นถือมั่นว่าตัวเราของเราตัวเขาของเขาเสียได้แม้พอสมควร ในระยะแรกอาจจะมีความรู้สึกว่าตัวเขาก็คือตัวเรา ของเขาก็คือของเรา แต่ความคิดที่ว่านี้จะไม่เป็นไปในทางเอารัดเอาเปรียบ คือของเขาก็เป็นของเรานั้นจะเป็นไปในทางสงวนรักษา ไม่ใช่ในทางรู้มากกอบโกยเอาเป็นของตน ผู้ที่รู้มากถือเอาประโยชน์ท่านมาเป็นประโยชน์ตนจะอ้างว่าตัวเราตัวเขาไม่มี ของเราของเขาไม่มี แล้วถือเอาประโยชน์ตนเช่นนั้นไม่เรียกว่าเป็นผู้ใช้ความคิดที่ถูก ไม่ใช่เรียกว่าเป็นผู้อบรมพรหมวิหารธรรม แต่เป็นการตรงกันข้าม เป็นการปฏิบัติแบบพาลคือคนไม่ดี ไม่ใช่เป็นการปฏิบัติแบบบัณฑิตคือคนดี โอกาสที่จะเป็นพรหมทั้งในชีวิตนี้และชีวิตหน้าย่อมไม่มี

เมื่อตัวของเราไม่มี ตัวเขาของเขาไม่มี เราก็คือเขา เขาก็คือเรา ของเราก็เหมือนของเขา ของเขาก็เหมือนของเรา เมื่อเป็นเช่นนี้ คือเมื่อเกิดความรู้สึกซาบซึ้งจริงใจเช่นนี้ การกระทำทุกอย่างของเราจะออกมาอย่างไม่เป็นโทษไม่เป็นพิษเป็นภัยแก่ผู้ใดโดยเจตนาเลย ถ้าทุกข์โทษจะเกิดขึ้นบ้างก็จะต้องเป็นไปโดยไม่เจตนาโดยบังเอิญ หรือโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์จริง ๆ เท่านั้น

ผู้ที่ไม่ทำสิ่งอันเป็นทุกข์โทษภัยเป็นที่ควรเข้าใกล้เพียงใด ทุกคนย่อมเข้าใจดี เพราะทุกคนย่อมพร้อมย่อมสนิทใจที่จะเข้าใกล้บุคคลเช่นนั้น ก็ใครเล่าที่จะไม่กลัวทุกข์โทษภัย และคนที่ไม่มีทุกข์โทษภัยก็คือผู้ที่มีพรหมวิหารธรรมมากพอสมควร การอบรมพรหมวิหารธรรมจึงควรทำอย่างยิ่ง

เริ่มอบรมพรหมวิหารธรรมเสียให้ทุกคน ตั้งแต่บัดนี้ ให้มีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ให้สมบูรณ์บริบูรณ์แล้วโลกจะร่มเย็นเป็นสุข อย่าคิดผิดไปว่า เราคนเดียว หรือเราเพียงน้อยคน จะสามารถทำให้โลกร่มเย็นเป็นสุขได้อย่างไร เราคนเดียวนี้แหละทำให้โลกร่มเย็นเป็นสุขได้ ขอให้เราคนเดียวนี่แหละทำตนให้เป็นความร่มเย็นเสียแต่บัดนี้ ให้ตัวเองรู้สึกในความร่มเย็นนั้นด้วยตนเองเสียก่อน แล้วก็จะเกิดความมั่นใจได้แน่นอนว่าโลกจะร่มเย็นเช่นเดียวกับตัวเราเองด้วย

อย่าทำตัวเองให้ร้อน คนคนเดียวที่ร้อนจะสามารถทำให้คนเป็นจำนวนมากร้อนไปด้วยได้อย่างแน่นอน ขอให้พิจารณาถึงความจริงนี้ คนคนเดียวที่โกรธเกรี้ยวยังทำให้คนที่เกี่ยวข้องหลายคนได้รับความร้อนจากการโกรธเกรี้ยวด้วย คนคนเดียวที่ร้อนด้วยความโลภก็ยังทำให้คนที่เกี่ยวข้องหลายคนได้รับความร้อนจากความโลภของคนคนเดียวนั้นด้วย ความเย็นหรือความร้อนของคนคนเดียวมิใช่ว่าจะอยู่ในตัวคนคนเดียวหรืออยู่ในใจคนคนเดียวก็หาไม่ ย่อมแผ่กระจายออกไปรอบตัวเขาได้ทั้งความร้อนและความเย็น ฉะนั้นแม้ปรารถนาจะให้เกิดความเย็นอย่างยิ่งกว้างใหญ่ไพศาล ก็ให้ทำตนเองนี้แหละให้เย็นเสียก่อน ไม่ต้องไปห่วงทำคนอื่นให้เย็น

พรหมวิหารธรรมคือเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา นั้น แม้ไม่คิดให้ดีก็จะทำให้เห็นไปว่าเป็นไปเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น แต่คิดให้ดีแล้วจะเห็นว่าความจริงนั้นเป็นไปเพื่อ

ประโยชน์ของเจ้าตัวเองอย่างแท้จริง ผู้มีพรหมวิหารธรรมมากเพียงไรจะมีความสุขเพียงนั้น ผู้ขาดพรหมวิหารธรรมเพียงไรจะขาดความสุขเพียงนั้น ถ้าเพียงแต่ปล่อยให้ผ่านไป ไม่พิจารณา ก็ย่อมจะไม่เห็นความจริง แต่ถ้าพิจารณาแล้วจะเห็น

ใจที่มีพรหมวิหารธรรมไม่บริบูรณ์ เช่นมีเพียงเมตตากรุณาก็ยังร้อน เพราะการขาดมุทิตาและอุเบกขาก็เป็นเหตุให้ร้อนได้ ขาดมากเพียงไรก็ยิ่งร้อนมากเพียงนั้น แต่เมตตากรุณาเพียงสองประการนี้ ผู้ใดมีก็ยังช่วยให้เย็นช่วยให้ใจเป็นสุขได้มากแล้ว แต่ในเวลาที่ต้องใช้มุทิตาและอุเบกขา ถ้าไม่มีมุทิตาและอุเบกขาเมตตากรุณาก็จะช่วยให้คงมีความเย็นความสุขไม่ได้ ความร้อนจะต้องเกิดขึ้นจนได้ ผู้ที่เคยประสบความรู้สึกเช่นนี้ด้วยตนเองและพิจารณาจนเข้าใจแล้วว่าตนเป็นทุกข์เพราะมีเมตตากรุณาแต่ขาดมุทิตาหรืออุเบกขา ย่อมจะรู้ดีว่าไม่เพียงแต่เมตตากรุณาเท่านั้นที่จำเป็นสำหรับช่วยให้เป็นสุขเย็นใจ มุทิตาและอุเบกขาก็จำเป็นอย่างยิ่งเช่นเดียวกัน แต่เมตตากรุณานั้นต้องนำหน้ามาก่อนเสมอไป มีเมตตากรุณาเสียก่อน แล้วจึงให้มุทิตาและอุเบกขาตามมา

ใจนั้นเป็นสิ่งฝึกได้อบรมได้ ขอเพียงให้มั่นใจและมีความตั้งใจจริงที่จะฝึกจะอบรมใจตนเองเถิด มีความเพียรพยายามให้สม่ำเสมอในการฝึกอบรมใจตนเถิด และที่สำคัญที่สุดก็คือให้มีความเห็นชอบคือสัมมาทิฐิเสียก่อนด้วย ถ้ามีความเห็นชอบมั่นคง การปฏิบัติที่ตามมาจะได้เป็นการปฏิบัติในสายชอบ นำไปสู่จุดหมายปลายทางที่ชอบได้

สัมมาทิฐิในที่นี้ก็คือให้เชื่อในเรื่องประโยชน์หรือคุณของพรหมวิหารธรรมที่จะเกิดแก่ตนเองก่อน ส่วนที่จะเกิดแก่ผู้อื่นนั้นเป็นเรื่องทีหลัง เมื่อเมตตาเกิดขึ้นกรุณาเกิดขึ้นในจิตใจ ใจของตนเองนั้นแหละได้เสวยผลแล้วทันที จะอ่อนโยนเยือกเย็น เป็นความสุขที่เกิดจากเมตตากรุณาโดยเฉพาะ ไม่มีความสุขที่เกิดจากสิ่งอื่นเปรียบเหมือน

การฝึกเมตตากรุณานั้นฝึกได้ทุกเวลานาที แผ่ไปทั้งในคนในสัตว์ซึ่งมีอยู่มากมายจะคิดไปเรื่อย ๆ ก็ยังได้ เห็นคนเห็นสัตว์ก็คิดให้เห็นความทุกข์ของเขา ซึ่งก็เหมือนความทุกข์ของเรานั่นเอง บางคนกล่าวว่าเห็นสัตว์แล้วเมตตากรุณาได้ง่ายกว่า เพราะคิดเห็นความน่าสงสารช่วยได้ชัดกว่า คือบางคนนั้นเมื่อเห็นสัตว์ก็คิดว่า สัตว์แตกต่างจากเราเพียงรูปร่างอย่างอื่นก็เหมือนกัน เกิดจากธาตุน้ำธาตุดินคือเลือดเนื้อของแม่พ่อเหมือนกันกับคน มีส่วน

ประกอบคือธาตุดินน้ำไฟลมอากาศและวิญญาณเหมือนกันกับคน ความรู้สึกนึกคิดของสัตว์อาจจะไม่แตกต่างจากเรามากมายนัก สัตว์นั้นอาจจะเคยมีความเป็นอยู่เหมือนเราในชาติหนึ่งภพหนึ่งมาแล้ว เมื่อมาเกิดชาตินี้ภพนี้ต้องเป็นเช่นนี้ ถ้ายังมีความรู้สึกนึกคิดที่พอจะเหมือนคนอยู่ด้วย ก็จะน่าสงสารความเดือดร้อนของเขาเป็นอย่างยิ่ง บางคนกล่าวว่าคิดเช่นนี้แล้วก็เกิดความเมตตากรุณาสัตว์ได้เสมอไปเมื่อพบเห็นหรือเมื่อนึกถึงสัตว์ ซึ่งที่จริงก็เป็นความคิดที่เป็นคุณ เป็นทางอบรมเมตตากรุณาที่ไม่ผิด

การอบรมเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ให้เกิดขึ้นนั้น ไม่มีข้อบังคับว่าให้ทำอย่างไร ขอให้ใช้ปัญญาของตน คิดอย่างไรก็ได้ที่จะให้เกิดความรู้สึกดังกล่าวขึ้นอย่างจริงใจ ไม่ใช่ปากพูดว่าสงสารแต่ใจไม่ได้เป็นเช่นนั้น หรือไม่ใช่ปากพูดว่าจะช่วยให้พ้นทุกข์แต่ใจไม่ได้คิดจะช่วย หรือปากพูดว่าดีใจด้วยแต่ใจไม่ได้พลอยยินดีด้วยเลย หรือปากพูดว่าอุเบกขาแต่ใจไม่ได้อุเบกขาเลย เรื่องของปากพูดกับเรื่องของใจจริงนั้นแตกต่างกันเหมือนสีดำกับสีขาว ให้เกิดขึ้นจริงในใจแม้จะไม่พูดออกมาทางปากก็ถูกต้องแท้จริง เป็นเมตตากรุณามุทิตาอุเบกขาที่แท้ ตรงกันข้ามแม้พูดแต่ปากไม่มีอยู่จริงในใจก็ไม่ถูกต้องแท้จริง ไม่เป็นเมตตากรุณามุทิตาอุเบกขาที่แท้

ความจริงใจนั้นสำคัญยิ่งนัก ถ้าใจเป็นอย่างไรแล้วไม่ต้องกังวลเรื่องกายวาจา ใจเป็นอย่างไรก็จะต้องออกมาทางกายวาจาอย่างนั้น ผู้ที่มีความจริงใจสวยงามจึงเป็นคนสบายไม่ต้องเสแสร้งแสดงออกให้ลำบาก ตรงกันข้ามกับผู้ที่มีความจริงใจไม่สวยงาม ที่จะต้องเป็นคนไม่สบาย ต้องเสแสร้งแสดงออกอย่างลำบากยากเย็นอยู่เสมอ แม้บางคนจะมีจิตใจไม่สวยงามแต่แสดงออกให้ตรงกันข้ามจนเคยชิน จนยากที่คนอื่นจะจับได้ แต่ตัวเองก็ต้องรู้ตัวเองจะให้มีความสบายใจเหมือนผู้ที่สวยงามมาตั้งแต่ภายในใจหาได้ไม่ ใจจึงเป็นความสำคัญอย่างที่สุด ผู้ปรารถนาความสุขขอให้สนใจ ใจของตนนี้แหละให้มาก ทำใจของตนนี้แหละให้มีความสุขอย่างแท้จริง อย่าให้อวิชาคือความโง่ทำให้หลงเห็นความทุกข์เป็นความสุขมากจนเกินไป จะหลงไปบ้างก็ควรเพียงพอที่สมควร คือเท่าที่สามัญชนคนดี ๆ จะหลงเห็นไป ซึ่งอวิชาคือความโง่นี้ก็ยังมีอยู่ด้วยกันทุกคนในปุถุชนหรือในสามัญชนที่ยังไม่บรรลุมรรคและนิพพานเช่นพระพุทธองค์และพระอรหันตสาวกทั้งหลาย อย่าให้อวิชาท่วมท้นจนไม่เห็นแสง

เสียเลย ให้รู้จักดีรู้จักชั่ว แม้เพียงพอสมควรก็ยังดี อย่าให้อวิชาความโง่ชักให้ยืนยันว่าชั่วเป็นดี ดีเป็นชั่ว เพราะตัวเองนั่นแหละจะได้รับผลเป็นความทุกข์อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้แน่นอน

ถ้าบางคนจะรู้ยากนักว่าไหนดีไหนชั่ว ไหนถูกไหนผิด ก็ให้ศึกษาพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ไม่ต้องศึกษากันให้มากมายนัก ศึกษาเพียงศีลห้าที่พุทธศาสนิกชนทั้งหลายจะต้องรู้ก็จะรู้ได้ว่าอะไรดีอะไรชั่ว อะไรถูกอะไรผิด ที่พระพุทธเจ้าทรงห้ามนั้นผิดแน่นอน ที่พระพุทธเจ้าไม่ทรงห้ามนั่นแหละไม่ผิด ศีล ๕ นั่นแหละที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ปฏิบัติตาม ปฏิบัติผิดศีล ๕ นั่นแหละผิด ผู้ปฏิบัติหรือที่เรียกกันว่ารักษาศีล ๕ ได้จะเป็นผู้มีเมตตากรุณาอย่างแน่แท้

มีคำหนึ่งที่มักจะมีผู้นำมาว่ากันก็คือคำ "มักง่าย" คำนี้ความหมายกว้างขวาง ถ้าเป็นผู้ไม่มักง่ายแล้ว การปฏิบัติดีย่อมเป็นไปได้ราบรื่น แต่ถ้าเป็นผู้มักง่ายแล้ว การปฏิบัติย่อมเป็นไปได้ยาก ศีลที่รักษากันไม่ได้เมตตากรุณาที่มีมันไม่ได้ก็เพราะความมักง่ายนั่นแหละ ขอให้พิจารณาให้เข้าใจถึงความหมายที่กว้างขวางของคำว่า "มักง่าย" และหลีกให้พ้นจากการเป็นผู้มักง่ายเถิด

เมตตากรุณาเป็นความรู้สึกตรงกันข้ามกับความโกรธ มีเมตตากรุณาในผู้ใดอยู่ ความโกรธในผู้นั้นจะเกิดไม่ได้เพราะเมตตาหมายถึงปรารถนาให้เป็นสุข กรุณาปรารถนาจะช่วยให้พ้นทุกข์ เมื่อมีความรู้สึกดังกล่าวอยู่ในใจความโกรธย่อมเกิดไม่ได้เป็นธรรมดา นี่แหละที่กล่าวได้ว่าเมตตากรุณานั้นให้คุณแก่ตนเองก่อนแก่ผู้อื่น ความโกรธเกิดขึ้นในใจผู้ใดจะให้ความร้อนความทุกข์แก่ผู้นั้นทันที เมื่อเมตตากรุณาดับความโกรธในใจเราได้ เมตตากรุณาจึงเป็นคุณแก่เราเองก่อนแก่ผู้อื่น ให้ความเย็นแก่เราเองก่อนแก่ผู้อื่นอย่างแน่นอน

ผู้ใดดูใจตนเองแล้วไม่รู้สึกถึงความเย็นในใจตน ก็น่าจะเร่งอบรมเมตตากรุณาให้ยิ่งขึ้น เพราะเมตตากรุณานั้นเป็นความเย็นจริง และก็อบรมให้เกิดได้จริง คนเราทุกคนหรือสัตว์ทุกชนิดทุกประเภททุกตัวรวมเรียกว่าทุกชีวิตล้วนน่าได้รับเมตตากรุณาจากกันและกันทั้งนั้น เอาใจเขามาใส่ใจเรา แล้วคิดให้ชอบ ให้ถูกต้อง เราเองมีเวลาปรารถนาเมตตากรุณาจากคนนั้นจากคนนี้ในเรื่องนั้นในเรื่องนี้อยู่เกือบจะเรียกได้ว่าไม่ว่างเว้น ในเรื่องเล็กนักไม่เป็นความทุกข์ความร้อนนักก็มักจะไม่รู้สึก ไม่ค่อยได้สังเกตเห็น แต่ความจริงแล้วมี

ความปรารถนาต้องการได้รับความเมตตากรุณาแอบแฝงอยู่อย่างแน่นอน จะลองยกตัวอย่างให้พิจารณาดังนี้

บางที ขณะเดินอยู่ที่ถนน หรือขณะรอรถประจำทาง มีความร้อน ทั้งกายทั้งใจ เพราะอากาศบ้าง เพราะภาระธุระที่จะต้องทำ เวลาเห็นรถส่วนตัวของใคร ๆ แล่นผ่าน โดยเฉพาะเมื่อเป็นคนรู้จัก ความรู้สึกของแต่ละคนจะเป็นไปในทำนองอยากให้ใคร ๆ ที่มีรถส่วนตัวนั่งผ่านไปแลเห็นและรับขึ้นไปส่งให้ถึงจุดหมายปลายทาง นี่เป็นเรื่องของการปรารถนาต้องการได้รับเมตตากรุณา ซึ่งเล็กน้อยจนทำให้ทุกคนไม่คิดไม่รู้สึกว่าตนนั้นยังต้องการความเมตตากรุณาจากผู้อื่นเหมือนกัน และต้องการอยู่ตลอดเวลา

คิดให้มากถึงความจริงนี้ คือความจริงที่ว่าทุกคน ไม่มียกเว้น ต่างต้องการความเมตตากรุณาจากกันและกันอยู่ ฉะนั้นตนเองจึงควรต้องพร้อมที่จะเป็นผู้ให้เมตตากรุณาด้วย อย่าเป็นผู้พร้อมแต่จะรับเท่านั้น ความจริงอีกประการหนึ่งมีอยู่ว่า ผู้ให้นั้นมีความสุขยิ่งกว่าผู้รับ เป็นผู้ให้เป็นสุขกว่าเป็นผู้รับ อย่าคิดว่าเมื่อเป็นผู้รับคือเป็นผู้ได้นั้นได้เปรียบ ดีกว่าสบายกว่าเป็นผู้ให้ ความจริงไม่เป็นเช่นนั้น พูดไปเพียงไรก็อาจทำให้ผู้ไม่เคยเป็นผู้ให้เข้าใจได้เพียงพอ ต้องผู้ให้นั่นแหละจะเข้าใจได้ว่าเป็นความจริง ที่ว่าผู้ให้จะมีความสุขยิ่งกว่าผู้รับ เป็นผู้ให้มีความสุขยิ่งกว่าเป็นผู้รับ

เพื่อจะสามารถเป็นผู้ยืนยันรับรองความจริงนี้ได้ ก็ขอให้ทุกท่านอบรมเมตตากรุณาให้มาก และแผ่เมตตากรุณานั้นออกไปให้กว้างขวาง ให้ปรากฏแน่ชัดแก่ใจตนเองว่าตนได้แผ่เมตตากรุณาออกไปแล้วจริง ๆ แล้วตนเองจะยืนยันรับรองได้ว่าผู้ให้เมตตากรุณาเป็นสุขยิ่งกว่าผู้รับ

เมื่อเมตตากรุณาเกิดขึ้นจริงแล้ว ใจจะอ่อนละมุน เย็นชื่นจริง ๆ ความจริงมีอยู่ประการหนึ่งเช่นนี้ นี่ไม่ใช่เป็นเพียงคำบรรยายลักษณะของจิตใจเท่านั้น แต่ความจริงเป็นเช่นนี้ ขอให้อบรมเมตตากรุณาให้จริงเถิด ให้เกิดจริงแล้วจะรู้สึกได้ด้วยตนเองถึงความอ่อนละมุนที่ให้ความลึกซึ้งอย่างยิ่งแก่จิตใจ เป็นความสุขที่น่าปรารถนาน่าได้ลิ้มรส

หัดทำตนให้เป็นคนขี้สงสารเสียแต่บัดนี้ พบเห็นผู้ใดหรือสัตว์ใดให้นึกถึงให้มองดูในแง่ที่น่าสงสาร อย่างน้อยที่สุดทุกชีวิตก็มีความทุกข์ มีทุกข์ด้วยกันทุกชีวิตจริง ๆ ผู้ที่

กำลังมั่งมีศรีสุขดูตนเองอย่างตรงไปตรงมาก็ย่อมจะยอมรับแน่นอนว่าแม้ในฐานะเช่นนั้นตนก็ยังมีทุกข์อยู่เป็นอันมาก ด้วยเรื่องนั้นบ้างเรื่องนี้บ้าง ผู้สูงส่งก็มีทุกข์ด้วยเรื่องนั้นบ้างเรื่องนี้บ้าง มิได้แตกต่างจากผู้ต่ำต้อยทั้งหลาย ทุกข์ที่เกิดจากความเกิดนั้นทุกคนได้รับ หนีไม่พ้นจึงควรประคับประคองกันและกันพอให้ทุกข์นั้นผ่านไปเพียงพอมีความสุขกันได้บ้าง

ที่จริงความไม่รู้ทำให้พากันดีใจชื่นชมเมื่อมีการอุบัติขึ้นของชีวิตใดชีวิตหนึ่ง มีความรู้สึกตรงกันข้ามกับเมื่อมีการแตกดับไปของชีวิตใดชีวิตหนึ่ง แต่ถ้ามีความรู้ คือมีความรู้ถูกรู้จริงตรงตามความจริง ก็ย่อมจะรู้ว่าการอุบัติขึ้นของชีวิตทุกชีวิตคือการเริ่มต้นรับความทุกข์ในชาติหนึ่งภพหนึ่ง มีอะไรสมควรที่จะชื่นชมยินดีในเมื่อการเกิดนั้นคือการเริ่มเหยียบย่างลงบนหนทางที่เต็มไปด้วยภัยอันตรายความทุกข์ร้อนนานับประการ แทนที่จะมีความชื่นชมยินดีควรจะมีความเมตตากรุณาต่อชีวิตใหม่ที่อุบัติขึ้นนั้น ไม่ว่าจะเป็นชีวิตที่อุบัติขึ้นในที่สูงที่ต่ำที่ดีที่เลวเพียงใด ทุกชีวิตควรได้รับเมตตากรุณาโดยควรจากทุกคนจากทุกชีวิตด้วยกัน

ถ้าความแตกดับทำให้เศร้าเสียใจหรือสงสารเพียงไร ความเกิดขึ้นก็น่าจะได้รับเพียงนั้น และน่าจะได้รับยิ่งกว่านั้นเสียด้วยซ้ำ เพราะทุกคนมีใครไม่เห็นว่าเมื่อเกิดขึ้นแล้วทุกชีวิตต้องพบอะไรบ้าง เอาเพียงที่เห็นชัด ๆ ก็คือความเจ็บและความตาย นึกถึงความเจ็บความตายของบรรดาผู้เป็นที่รักที่รู้จักคุ้นเคยของตนเองก็จะตระหนักชัดถึงความทุกข์ ทั้งของผู้เจ็บและทั้งของตนเอง

คนอื่นที่แม้ไม่ใช่ญาติพี่น้องไม่ใช่ลูกหลาน ไม่ใช่ผู้ที่ตนรู้จักคุ้นเคย ก็จะมีความทุกข์ไม่แตกต่างจากกัน เมตตากรุณาญาติพี่น้องมิตรสหายผู้เป็นที่รักของตนได้อย่างไรก็น่าจะเมตตากรุณาคนอื่นได้อย่างนั้น เช่นนั้นจึงจะเรียกว่ามีเมตตากรุณาอย่างถูกต้อง อย่างแท้จริงอย่างเหมาะควร

ถูกแล้ว เมตตากรุณาจำเป็นต้องเริ่มที่ผู้เป็นที่รัก โดยเฉพาะก็คือที่ตนเองนั่นแหละก่อน แต่จะหยุดยั้งอยู่เพียงนั้นไม่ได้ เมตตากรุณาที่หยุดยั้งเพียงในตนเองและในผู้เป็นที่รักของตนจะเป็นโทษในภายหลัง ความเห็นแก่ตัวไม่เป็นสิ่งสรรเสริญของผู้อื่น และเมตตากรุณาเฉพาะตนเองและผู้เป็นที่รักของตนเองเท่านั้น จะเป็นความเห็นแก่ตัวไปได้ในที่สุด อย่างแน่นอน

คนเมตตาแต่ตัวเองคือคนเห็นแก่ตัวเองตรงกันข้ามกับคนมีเมตตาเหมือนสีดำกับสีขาว คนเห็นแก่ตัวหมายถึงคนเห็นแต่กับพวกตัว ย่อมทำทุกสิ่งทุกอย่างได้ที่จะเป็นประโยชน์เป็นผลได้ของตนและพวกของตน โดยไม่คำนึงถึงผลเสียอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นผลเสียของผู้หนึ่งผู้ใดเพียงเล็กน้อย หรือผลเสียส่วนรวมที่ยิ่งใหญ่เพียงไหน รวมถึงที่ยิ่งใหญ่ขนาดสถาบันด้วย คนเห็นแก่ตัวเช่นนี้เป็นเพราะจิตใจจดจ่อมุ่งเมตตาแต่ตนเอง อยากให้ตนเองหรือตัวเราของเรานั่นแหละได้ดีมีสุขอย่างนั้นอย่างนี้ ล้วนแต่ที่ดีๆ สำหรับตัวเองและพรรคพวกตนเองเท่านั้น ลืมคนอื่นส่วนอื่นหมดสิ้น นึกไม่ถึงแลไม่เห็นถึงความเสียหายเดือดร้อนที่ผู้อื่นส่วนอื่นนั้นจะได้รับเพราะความเห็นแก่ตัวของตน ความเห็นแก่ตัวนี้จะเรียกอีกอย่างหนึ่งว่ารู้มากเอาเปรียบก็ได้ เพราะคนเห็นแก่ตัวจะต้องทำสิ่งที่เป็นการรู้มากเอาเปรียบผู้อื่น เพราะฉะนั้นจะเห็นได้ว่าเมตตาของพรหมหรือเมตตาในพรหมวิหารธรรมนั้นไม่จำกัดขอบเขตเฉพาะตนเองและพวกพ้องของตนเองเท่านั้น แต่จะต้องแผ่ออกไปอย่างกว้างขวางที่สุด ปราศจากขอบเขต ไม่เลือกเขาเลือกเรา เห็นทุกข์ของเขาเป็นทุกข์ของเรา ปรารถนาให้เขาพ้นจากทุกข์เหมือนที่ปรารถนาให้ตัวเราเองพ้นจากทุกข์ แต่อย่างไรก็ตามไม่ได้หมายความว่าให้ปล่อยใจไปเป็นทุกข์กับคนทั้งหลายหรือกับคนทั้งโลกจึงจะเรียกว่ามีเมตตา ไม่ใช่เช่นนั้น มีเมตตาหมายถึงปรารถนาให้คนอื่นเป็นสุขโดยที่ตัวเราเองต้องทำใจของตนเองให้เป็นสุขให้ได้เสียก่อน แล้วไม่หลงติดอยู่ในความสุขใจของตนเองจนลืมนึกถึงผู้อื่น

การปรารถนาให้ตนเองและพวกพ้องน้องพี่ของตนเองเป็นสุขจนเกินขอบเขต คืออย่างผิด ๆ จนกลายเป็นความมักได้เห็นแก่ตัวนั้น ความจริงจะเรียกว่าเป็นความเมตตาตนเองก็ไม่ใช่ เรียกว่าเป็นความไม่เมตตาน่าจะถูกกว่า เพราะเท่ากับเป็นการทำให้จะต้องไม่เป็นสุขอาจจะเป็นการพ้นจากความทุกข์ได้ชั่วครู่ชั่วยาม แต่แล้วความมักได้เอาเปรียบเห็นแก่ตัวเห็นแก่ได้นั่นแหละจะนำให้เกิดความทุกข์ตามมา

มีใครที่ไหนชอบคนมักได้ คนเอาเปรียบเห็นแก่ตัว ไม่มีเลย ทุกคนชอบคนไม่มักได้ ไม่เอาเปรียบเห็นแก่ตัวด้วยกันทั้งนั้น เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว ผู้ใดมักได้เอาเปรียบเห็นแก่ตัว ผู้นั้นย่อมไม่เป็นที่ชอบของคนทั้งหลายเป็นอันมาก รวมทั้งคนเห็นแก่ตัวและไม่เห็นแก่ตัวทุกคนทุกพวกเลยก็ถูกต้อง เมื่อทำตนเองให้มีคนไม่ชอบแล้วจะเรียกว่าเมตตาตนเอง

ได้อย่างไร เมื่อทำพวกพ้องพี่น้องให้ไม่เป็นที่ชอบแล้วจะเรียกว่าเมตตาพวกพ้องน้องพี่ได้อย่างไร จะต้องเป็นการตรงกันข้าม ไม่เป็นการเมตตานั่นแหละถูกต้อง

พิจารณาให้ดีจะเข้าใจ น่าจะมีคนไม่น้อยที่มีความคิดมีความเข้าใจว่า ไม่ช่วยตัวเอง ไม่ช่วยพวกของตัวเองให้ได้ดีมีสุขแล้วจะไปช่วยใครที่ดีกว่าและเหมาะสมกว่า และเมื่อมีความคิดเช่นนี้แล้วก็ปฏิบัติไปอย่างไม่คำนึงถึงอะไรอื่น เช่นดังกล่าวแล้ว ไม่คำนึงถึงความเสียหายอะไร แม้กระทั่งความเสียหายของสถาบันชาติศาสนาพระมหากษัตริย์ก็ไม่คำนึงถึง ตัวอย่างเรื่องเหล่านี้มีปรากฏอยู่เสมอไม่เว้นแต่ละวัน อาจจะเป็นความเข้าใจผิดอย่างยิ่งของผู้หลงคิดว่าการกระทำเช่นนั้นคือการแสดงออกซึ่งเมตตาต่อตนเองและพวกพ้องของตน แต่แม้จะเป็นความเข้าใจ เมื่อทำลงไปแล้วผลย่อมเกิดขึ้น อาจจะเกิดแก่ผู้อื่นก่อน แต่ตนเองและพวกพ้องของตนเองก็ย่อมจะไม่อาจพ้นไปจากผลนั้นได้ ซึ่งจะเป็นผลดีหาได้ไม่ ต้องเป็นผลร้ายอย่างแน่นอน เพราะขึ้นชื่อว่าความมักได้เห็นแก่ตัวซึ่งอาจรวมเรียกว่าความมักง่ายก็ได้นั้น ไม่มีผลดีได้เลย มีแต่ผลร้าย ถ้าความมักได้เห็กแก่ตัวให้ผลดีแล้ว ก็จะไม่มีการบัญญัติให้ใช้คำว่ามักได้เห็นแก่ตัวขึ้นเป็นการตำหนิประนามเลย

ขอให้พิจารณาให้ดี พิจารณาตนเองนี้แหละให้ดี ดูใจตนเองให้เห็นชัดแจ้งออกมาว่ามีความเห็นแก่ตัวที่หลงคิดว่าเป็นเมตตามากเพียงไหน ยอมรับความจริงกับตนเอง แล้วพยายามแก้ไข อบรมเมตตาที่ถูกต้องแท้จริงให้เกิดขึ้นแทน แล้วจะได้รู้สึกด้วยตนเองว่าสภาพจิตใจของตนเปลี่ยนไป ที่เคยร้อนรนกระวนกระวายด้วยความรู้มากเอาเปรียบอยากจะให้ตนเองพวกพ้องของตนเองเป็นสุขด้วยการได้มาซึ่งอะไรต่อมิอะไรทั้งหลายแหล่บรรดามีในโลกนี้จะเปลี่ยนเป็นสงบ จะเยือกเย็นเป็นสุข ความสุขใจที่ได้รับเมื่อสามารถกำจัดความเมตตาผิด ๆ หรือความเห็นแก่ตัวเสียได้นั้นมีผลเกินกว่าที่จะได้อะไร ๆ ทั้งหลายอันเป็นวัตถุนอกกายมากมายนัก ผู้ไม่รู้จักก็ยากจะอธิบายให้รู้จักได้ชัดเจนจริง ๆ แต่ขอให้หยุดความเห็นแก่ตัว และอบรมเมตตาให้ถูกต้องจริงจังเสียก่อน แล้วตนเองจะได้รู้จักความสุขอันเป็นผลของเมตตานั้นด้วยตนเองอย่างแน่นอน

แม้จะยังรู้สึกว่าไม่น่าเป็นไปได้ตามที่กล่าวแนะนำมาแล้ว ก็ควรจะทดลองดู ลองปฏิบัติดู คือลองทำใจให้หยุดห่วงใยตนเองและพวกพ้องน้องพี่จนเกินขอบเขต จนผิดธรรม

ทำใจให้เป็นกลางวางเฉยในเมื่อจะเป็นการต้องทำเพื่อตนเองและพวกพ้องน้องพี่ของตนแต่เป็นการเบียดเบียนผู้อื่นให้ต้องเดือดร้อน ให้ต้องเสียผลประโยชน์ วิธีง่ายที่สุดที่จะทำให้รู้ว่าเป็นการเมตตาตนเองและพวกพ้องอย่างผิด ๆ ไม่ให้คุณแต่จะให้โทษ ก็คือให้คิดดูเสียก่อนว่าคนอื่นทั้งหลายที่รู้ที่เห็นจะเห็นด้วยกับเราหรือไม่ จะตำหนิติเตียนหรือไม่ ถ้าเป็นคำตอบว่าไม่เห็นด้วย จะต้องติเตียนเรา นั่นก็หมายความว่าเรากำลังเมตตาตนเองและพวกพ้องอย่างผิด ๆ แล้ว ไม่เรียกว่าเป็นการเมตตา

พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกของพระองค์ได้ทรงช่วยและได้ช่วยสัตวโลกให้พ้นจากความทุกข์มาแล้วเป็นอันมาก และถึงแม้ว่าจะไม่ได้ดำรงพระชนมายุสังขารอยู่แล้วก็ตาม ทุกวันนี้ก็ยังได้ทรงช่วยและได้ช่วยอยู่ตลอดเวลา ผู้ได้รับพระมหากรุณาคุณและกรุณาคุณดังกล่าวย่อมจะประจักษ์แก่ใจตนเองโดยที่ผู้อื่นไม่อาจเข้าใจได้ พระพุทธองค์และพระอรหันต-สาวกทั้งหลายทรงช่วยและช่วยสัตวโลกได้ให้พ้นทุกข์ผ่านทางพระธรรมคำสั่งสอน ผู้ใดรับฟังและปฏิบัติตาม พระธรรมคำสั่งสอนผู้นั้นจักพ้นทุกข์แน่นอน มากน้อยควรแก่การปฏิบัติ นี่เป็นกรุณาที่ถูกต้องแท้จริง เป็นกรุณาในพรหมวิหารธรรมที่แท้จริง

การช่วยให้พ้นทุกข์นั้นไม่ได้หมายถึงช่วยให้พ้นทุกข์ทางกาย หรือทุกข์ภายนอกเท่านั้น แต่หมายถึงการช่วยให้พ้นทุกข์ทางใจ หรือทุกข์ภายในที่คนอื่นนอกจากเจ้าตัวเองมองไม่เห็นรู้ด้วยไม่ได้ การช่วยให้พ้นทุกข์ทางกายนั้นผู้ช่วยมีโอกาสจะช่วยอย่างผิด ๆ ได้ถ้าช่วยไปอย่างปราศจากการใช้เหตุผลคือสติปัญญาอย่างเหมาะสม ตัวอย่างชัด ๆ ที่ปรากฏอยู่บ่อย ๆ ก็เช่นเมื่อเจ็บป่วยด้วยโรคร้ายแรงที่ยากแก่การรักษา เมื่อคิดจะช่วยตัวเองให้พ้นทุกข์แต่ขาดสติปัญญาคือเหตุผลก็ทำลายชีวิตตนเองเสียโดยคิดว่าจะเป็นการช่วยให้พ้นจากการทุกข์ทรมานที่กำลังได้รับอยู่ได้ แต่ถ้ามีสติปัญญาเพียงพอก็จะไม่กรุณาตนเองเช่นนั้น เพราะจะสามารถใช้สติปัญญาใคร่ครวญพิจารณาเห็นได้ถ่องแท้ว่าการทำลายชีวิตเป็นบาป เป็นการผิดศีลที่พระพุทธองค์ทรงบัญญัติไว้ ผลจะเป็นผลที่ดีไปได้อย่างไร เมื่อผลอันเกิดจากการทำลายชีวิตเป็นผลดีไม่ได้ แล้วตนเองจะพ้นจากความทุกข์เพราะการทำลายชีวิตตนเองได้อย่างไร ความคิดที่ว่าเมื่อร่างกายนี้ไม่มีชีวิตแล้วตนก็จะพ้นจากความทุกข์เป็นเพียงการคาดคะเนที่ผิด ทำบาปผิดศีลเรียกว่าทำกรรมไม่ดีจะได้รับผลดีไม่ได้ กรรมไม่ดีต้องให้ผลไม่ดี กรรมไม่ดี

จะไม่ให้ผลดีเลย ในทางตรงกันข้าม กรรมดีต้องให้ผลดี กรรมดีจะไม่ให้ผลไม่ดีอย่างแน่นอน ใครจะเข้าใจถูกเข้าใจผิดกันอย่างไรเกี่ยวกับเรื่องกรรมและการให้ผลของกรรมนี้ก็จะไม่เป็นไปตามความเข้าใจจะเป็นไปดังกล่าวแล้วเท่านั้น เพียงแต่ว่าเรื่องของกรรมเป็นเรื่องสลับซับซ้อนมากมายจนยากที่ปุถุชนจะเห็นจะเข้าใจได้ชัดเจน ต้องอาศัยศรัทธาความเชื่อในพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าเท่านั้น ทรงสั่งสอนไว้เช่นนี้ เรายังไม่มีความสามารถจะรู้จะเห็นได้ด้วยตนเอง ถ้ามีศรัทธาในพระองค์ เชื่อตามพระองค์ ก็จะรู้เรื่องของกรรมไม่ผิด ทำกรรมอันเป็นเหตุไม่ผิดจากผลที่ต้องการ

เมื่อประสงค์จะกรุณาคือช่วยใครให้พ้นทุกข์ ก็อย่าลืมใคร่ครวญนึกถึงที่พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนไว้ โดยเฉพาะในเรื่องกรรม ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว จะทำอะไรเพื่อช่วยใครก็รอบคอบคิดให้ดีว่าที่จะทำนั้นเป็นกรรมดีแน่หรือไม่ ผิดศีลผิดธรรมข้อใดอย่างใดหรือไม่ เช่นตัวอย่างที่กล่าวแล้ว ทำลายชีวิตเพื่อช่วยให้พ้นทุกข์เป็นการผิดศีล เป็นกรรมไม่ดีผลก็ต้องไม่ดี พึงพิจารณาใคร่ครวญเช่นนี้ให้เสมอเมื่อจะกรุณาคือเมื่อจะช่วยตนเองหรือช่วยผู้ใดก็ตามให้พ้นทุกข์ แล้วนั่นแหละจะได้แสดงกรุณาที่เป็นพรหมวิหารธรรมที่ถูกต้อง

การจะช่วยตนเองหรือผู้อื่นให้พ้นทุกข์ แม้จะต้องใคร่ครวญให้รอบคอบเพื่อมิให้เป็นการผิดศีลผิดธรรม แต่ก็มิใช่ว่าจะเป็นการใคร่ครวญเพื่อปิดหนทางวิธีที่จะช่วยทุกข์ใคร ๆ เสีย การจะช่วยทุกข์ของตนเองหรือของใคร ๆ นั้นมีวิธีที่ไม่ผิดศีลไม่ผิดธรรมอยู่เป็นอันมาก มากกว่าวิธีที่ผิดศีลผิดธรรมเสียด้วยซ้ำ เพียงแต่ไม่เป็นคนมักง่ายจนเกินไปเท่านั้น ก็จะสามารถช่วยด้วยวิธีที่ไม่ผิดศีลไม่ผิดธรรมได้ สามารถหลีกพ้นวิธีที่ผิดศีลผิดธรรมได้ ผู้ที่มักง่ายเท่านั้นที่จะช่วยทุกข์ของตนเองหรือทุกข์ของผู้ที่ตนรักตนชอบด้วยวิธีที่ผิดศีลผิดธรรม ไม่คำนึงว่าการช่วยเช่นนั้นเป็นการกระทำด้วยกรรมที่ดีจะให้ผลดีหรือเป็นการกระทำด้วยกรรมชั่วที่จะให้ผลชั่ว

บางคนเมื่อตนเองยากจนคิดจะช่วยตนเองให้พ้นทุกข์คือความยากจนนั้น แทนที่จะพากเพียรพยายามทำมาหาทรัพย์สินเงินทองด้วยความซื่อสัตย์สุจริตชนิดหนักเอาเบาสู้ กลับใช้วิธีลักขโมยปล้นจี้เพื่อให้ได้ทรัพย์มาเปลื้องทุกข์คือความยากจนขัดสนของตน เช่นนี้เป็นการมักง่าย ไม่คำนึงถึงศีลถึงธรรม การลักขโมยอาจเป็นการแก้ทุกข์ได้ผลรวดเร็วทันที

แต่ไม่แน่นอนเสมอไปและไม่ยั่งยืน บางทีก็ถูกจับได้กลางคัน ไม่ทันได้เปลื้องทุกข์ มิหนำซ้ำยังได้รับทุกข์เพิ่มขึ้น หรือไม่ถูกจับกลางคัน ใจที่หวาดกลัวสะดุ้งต่อการถูกจับได้ ถูกลงโทษก็นับว่าเป็นการไม่ได้เปลื้องทุกข์เท่าไร อาจจะเป็นการเพิ่มทุกข์อีกเช่นกันกัน ไม่เหมือนการทำมาหาเอาด้วยความสุจริต อาจได้ช้าไปบ้าง แต่ก็เป็นผลที่แน่นอน ไม่มีโทษ บางคนเปลื้องทุกข์ที่เกิดจากความขาดแคลนของตนด้วยการขายของเก่ากิน นั่นก็ยังดีกว่าลักขโมย เพราะถึงอย่างไรก็ยังเป็นการกระทำที่สุจริต เป็นการใช้ของของตนเองเพื่อช่วยทุกข์ของตนเอง

การช่วยทุกข์ของผู้อื่นก็เช่นเดียวกัน ต้องไม่ช่วยด้วยวิธีไม่สุจริต ต้องไม่ช่วยด้วยการกระทำที่ผิดศีลผิดธรรม เช่นไม่ช่วยส่งเสริมให้เป็นใหญ่เป็นโตเกินกว่าที่สมควร ด้วยการใช้อำนาจหน้าที่ของตนช่วย ไม่คำนึงถึงความอยุติธรรมที่ผู้อื่นจะได้รับเพราะการกระทำของตน เช่นนี้เป็นการช่วยทุกข์ผู้ไม่ควรช่วย และขณะเดียวกันเป็นการให้ทุกข์แก่ผู้ไม่ควรต้องได้รับทุกข์นั้น เป็นการกระทำที่ไม่เรียกว่ากรุณาในพรหมวิหารธรรม แต่อาจเรียกได้ว่าเป็นการมักง่ายเห็นแต่กับความสุขความเจริญของพวกตัวเอง ไม่แยแสความทุกข์ความเดือดร้อนของผู้อื่น

กรุณาที่ไม่ใช่กรุณาจริง ๆ ที่ไม่ใช่กรุณาในพรหมวิหารธรรมนี้แหละที่เป็นเหตุแห่งความเดือดร้อนได้ และปรากฏเป็นอยู่ในทุกวันนี้เป็นอันมาก กรุณาตัวเองและพวกของตัวเองโดยไม่คำนึงถึงคนอื่น ไม่คำนึงว่าจะเป็นการเอาเปรียบคดโกงไม่ซื่อต่อคนอื่นอย่างไร ตั้งใจจะช่วยทุกข์ตนเองและพวกของตนเองเท่านั้น กรุณาเช่นนี้แหละก่อความวุ่นวายเดือดร้อนยุ่งยากทั่วไปหมด ถ้าไม่มีกรุณาเช่นนี้เสียแล้ว ความสงบสุขก็น่าจะเกิดได้มากกว่าทุกวันนี้

คำนึงถึงความจริงนี้ อย่าให้ตนเองเป็นเหตุแห่งความกรุณาที่ให้ผลเป็นความไม่กรุณาอย่างที่ปรากฏอยู่ทั่วไปในขณะนี้เลย จะได้มีโอกาสมีธรรมของพรหมพอสมควร หรือสมบูรณ์ได้ในวันหนึ่ง ซึ่งจะให้ผลดีทั้งแก่ตนเอง แก่ชาติ และแก่โลก

บางคนเมื่อตนเองยากจนคิดจะช่วยตนเองให้พ้นทุกข์คือความยากจนนั้น แทนที่จะพากเพียรพยายามทำมาหาทรัพย์สินเงินทองด้วยความซื่อสัตย์สุจริตหนักเอาเบาสู้ กลับใช้วิธีลักขโมยปล้นจี้เพื่อให้ได้ทรัพย์มาเปลื้องทุกข์คือความยากจนขัดสนของตน เช่นนี้เป็นการมักง่าย ไม่คำนึงถึงศีลถึงธรรม การลักขโมยอาจเป็นการแก้ทุกข์ได้ผลรวดเร็วทันที แต่ไม่

แน่นอนเสมอไปและไม่ยั่งยืน บางทีก็ถูกจับได้กลางคัน ไม่ทันได้เปลื้องทุกข์ มิหนำซ้ำยังได้รับทุกข์เพิ่มขึ้น หรือไม่ถูกจับกลางคัน ใจที่หวาดกลัวสะดุ้งต่อการถูกจับได้ ถูกลงโทษก็นับว่าเป็นการไม่ได้เปลื้องทุกข์เท่าไร อาจจะเป็นการเพิ่มทุกข์อีกเช่นกัน ไม่เหมือนการทำมาหาเอาด้วยความสุจริต อาจได้ช้าไปบ้าง แต่ก็เป็นผลที่แน่นอนไม่มีโทษ บางคนเปลื้องทุกข์ที่เกิดจากความขาดแคลนของตนด้วยการขายของเก่ากิน นั้นก็ยังดีกว่าลักขโมย เพราะถึงอย่างไรก็ยังเป็นการกระทำที่สุจริต เป็นการใช้ของของตนเองเพื่อช่วยทุกข์ตนเอง

การช่วยทุกข์ของผู้อื่นก็เช่นเดียวกัน ต้องไม่ช่วยด้วยวิธีไม่สุจริต ต้องไม่ช่วยด้วยการกระทำที่ผิดศีลผิดธรรม เช่นไม่ช่วยส่งเสริมให้เป็นใหญ่เป็นโตเกินกว่าที่สมควร ด้วยการใช้อำนาจหน้าที่ของตนช่วย ไม่คำนึงถึงความอยุติธรรมที่ผู้อื่นจะได้รับเพราะการกระทำของตน เช่นนี้เป็นการช่วยทุกข์ผู้ไม่ควรช่วย และขณะเดียวกันเป็นการให้ทุกข์แก่ผู้ไม่ควรต้องได้รับทุกข์นั้น เป็นการกระทำที่ไม่เรียกว่ากรุณาในพรหมวิหารธรรม แต่อาจเรียกได้ว่าเป็นการมักง่ายเห็นแต่กับความสุขความเจริญของพวกตัวเอง ไม่แยแสความทุกข์ความเดือดร้อนของผู้อื่น

กรุณาที่ไม่ใช่กรุณาจริง ๆ ที่ไม่ใช่กรุณาพรหมวิหารธรรมนี้แหละที่เป็นเหตุแห่งความเดือดร้อนได้ และปรากฏเป็นอยู่ในทุกวันนี้เป็นอันมาก กรุณาตัวเองและพวกของตัวเองโดยไม่คำนึงถึงคนอื่น ไม่คำนึงว่าจะเป็นการเอาเปรียบคดโกงไม่ซื่อต่อคนอื่นอย่างไร ตั้งใจจะช่วยทุกข์ตนเองและพวกของตนเองเท่านั้น กรุณาเช่นนี้แหละก่อความวุ่นวายเดือดร้อนยุ่งยากทั่วไปหมด ถ้าไม่มีกรุณาเช่นนี้เสียแล้ว ความสงบสุขก็น่าจะเกิดได้มากกว่าทุกวันนี้

คำนึงถึงความจริงนี้ อย่าให้ตนเองเป็นเหตุแห่งความกรุณาที่ให้ผลเป็นความไม่กรุณาอย่างที่ปรากฏอยู่ทั่วไปในขณะนี้เลย จะได้มีโอกาสมีธรรมของพรหมพอสมควร หรือสมบูรณ์ได้ในวันหนึ่ง ซึ่งจะให้ผลดีทั้งแก่ตนเอง แก่ชาติ และโลก

มุทิตา ความพลอยยินดีด้วยนั้น แม้ไม่พิจารณาให้ดีพอสมควรด้วยปัญญาอันชอบก็จะเข้าใจไขว้เขวปนเปกันไปได้ ว่าความพลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดีนั้นหมายรวมถึงได้ลาภได้ยศแม้เมื่อไม่สมควร เช่นได้ลาภจากการลักขโมย คดโกง เอารัดเอาเปรียบเขามา หรือได้ยศเพราะการใช้อำนาจของผู้หนึ่งผู้ใดที่เป็นการไม่ยุติธรรม

มุทิตา ความพลอยยินดีด้วยในพรหมวิหารธรรมนั้นหมายถึงความพลอยยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นได้ดีอันเป็นความดีที่แท้ เช่นได้ลาภอย่างบริสุทธิ์ ได้ยศอย่างยุติธรรม หรือได้สรรเสริญที่แท้จริงควรแก่การได้ ไม่ใช่เมื่อผู้ใดได้รับเงินทองมา จะเพราะไปโกงไปขโมยของใครมาเราได้รู้ได้เห็นก็พลอยยินดีด้วย เช่นนั้นไม่ถูกอย่างยิ่ง หรือเมื่อผู้ใดได้ยศฐานันดรศักดิ์เพราะอำนาจบันดาลของผู้ใด เราได้รู้ได้เห็นก็พลอยเห็นดีเห็นงามยินดีด้วยเช่นนั้นไม่ถูก หรือเมื่อคนทำความไม่ดีแล้วคนไม่ดีด้วยกันเขาสรรเสริญยกย่อง เราได้รู้ได้เห็นพลอยยินดีด้วย เช่นนี้ก็ใช้ไม่ได้ ผิดหลักธรรม ผิดพรหมวิหารธรรมในข้อมุทิตาอย่างแน่นอน

มุทิตา ความพลอยยินดีด้วยนี้อาจจะสังเกตรู้ได้ว่าถูกต้องหรือไม่ เช่นให้พิจารณาว่าในกรณีที่ผู้ใดเป็นที่อิจฉาเพราะความได้ดีมีสุขอย่างไม่ผิดศีลผิดธรรมของเขา แล้วเราสามารถทำใจให้พลอยเป็นสุขยินดีในความได้ดีนั้นได้ แสดงว่านั่นแหละเป็นมุทิตาที่แท้ ตามปรกตินั้นคนไม่มีมุทิตาจะอิจฉาริษยาผู้ได้ดีมีสุขจริง ๆ แต่จะไม่อิจฉาคนทำผิด เช่นคนร้ายที่เป็นโจรเป็นขโมยเป็นต้น ซึ่งจะเรียกว่าได้ดีมีสุขจริง ๆ หาได้ไม่ คนดีที่พลอยยินดีด้วยกับผู้ที่ได้ดีที่คนไม่ดีอิจฉาริษยานั่นแหละเรียกว่าเป็นการมีมุทิตาในพรหมวิหารธรรม

ผู้ที่ยินดีด้วยกับการได้ลาภของโจรผู้ร้ายหรือของคนคดโกงทั้งหลาย นอกจากจะไม่เรียกว่าเป็นผู้มีมุทิตาแล้วยังเรียกได้ว่าเป็นคนใจดำ ขาดเมตตา เพราะขาดความปรารถนาจะให้ผู้อื่นเป็นสุข ยินดีด้วยกับโจรผู้ร้ายก็เท่ากับยินดีด้วยที่พวกเขาจะต้องรับทุกข์ ยินดีด้วยที่พวกเขากระทำความไม่ดี ความยินดีด้วยเช่นนี้จะเป็นการถูกต้องได้อย่างไรจะเป็นธรรมได้อย่างไร

อบรมพรหมวิหารธรรมข้อมุทิตานี้ต้องระวังใจของตนให้ดี อย่าให้พลอยยินดีไปในทางที่ผิด และอย่าให้ความอิจฉาริษยาเกิดขึ้น ซึ่งจะทำได้ก็เห็นจะต้องพยายามพิจารณาความจริงให้ประจักษ์ถ่องแท้ ว่าเรากับเขานั้นมิได้แตกต่างกันเลย เราก็เช่นเดียวกับเขา เขาก็เช่นเดียวกับเรา ไม่มีเขาไม่มีเราเสียด้วยซ้ำ สักแต่ว่าเป็นธาตุเหมือน ๆ กัน ดินน้ำไฟลมอากาศเหมือนกัน การที่รูปร่างผิดกัน สูงต่ำดำขาวผิดกันนั้น ไม่ใช่เครื่องแบ่งแยกว่าเป็นเราเป็นเขา เป็นเพียงให้รู้ ให้จำได้ เพื่อให้เรียบร้อยไปตามสมมุติบัญญัติเท่านั้น พยายามคิดเช่นนี้ไว้ให้เสมอจนขึ้นใจ ก็จะเป็นประโยชน์ได้อย่างยิ่งแก่ตนเองนั่นแหละก่อนผู้อื่น

ความพลอยยินดีด้วยของบุคคลร่วมครอบครัว ร่วมบ้าน มักจะไม่ใช่เป็นความพลอยยินดีด้วยที่เป็นมุทิตาในพรหมวิหารธรรม มักจะเป็นความพลอยยินดีด้วยอันเกิดจากฉันทาคติ ความลำเอียงเพราะรักเสียมากกว่า หรือเช่นผู้ร่วมบ้านร่วมครอบครัว ซึ่งเป็นที่รักที่ชอบใจไปเอารัดเอาเปรียบหรือคดโกงได้ของใครมา ก็พลอยยินดีด้วยกับลาภผลที่ได้มานั้น เช่นนี้ไม่ใช่มุทิตาความพลอยยินดีด้วยในพรหมวิหารธรรม จึงควรทำความเข้าใจให้ดี พิจารณาความรู้สึกพลอยยินดีด้วยของตนที่มีต่อการได้มาซึ่งลาภยศสรรเสริญสุขของผู้ร่วมบ้านร่วมครอบครัวให้ดี ไม่เช่นนั้นแล้วแทนที่จะเป็นการอบรมจิตตนเองให้สูงขึ้น งดงามยิ่งขึ้นด้วยพรหมวิหารธรรม ก็จักกลายเป็นทำจิตของตนให้ต่ำ ให้เศร้าหมอง ให้ลดความงดงามลงไป เพราะการพลอยยินดีด้วยในกรณีที่ไปเอารัดเอาเปรียบคดโกงลักขโมยเขามา ก็เท่ากับเป็นการยินดีส่งเสริมสนับสนุนการทำความไม่ดีนั่นเอง ผู้ที่จะยินดีสนับสนุนผู้อื่นให้ทำความชั่วเช่นนั้นได้ ใจของตนเองจะต้องโน้มเอียงไปทางนั้นเสียก่อนแล้ว ฉะนั้นใจของผู้นั้นนั้นแหละที่สกปรก ต่ำลงด้วยความเห็นดีเห็นชอบไปกับคนทำไม่ดี

ความพลอยยินดีด้วยที่เป็นมุทิตานั้นไม่จำกัดขอบเขตอยู่เฉพาะต่อบุคคลที่รักชอบหรือที่เกี่ยวข้องติดต่อกันอยู่เท่านั้น มุทิตาเกิดได้แม้ต่อบุคคลที่ไม่ต้องเกี่ยวข้องหรือรู้จักกันเลย เมื่อได้ทราบถึงความได้ดีมีสุขอย่างไม่ผิดศีลไม่ผิดธรรมของผู้ใดก็ตาม ที่รู้จักหรือไม่รู้จักก็ตาม ที่อยู่ห่างไกลกันเพียงไหนก็ตาม มุทิตาอาจเกิดได้ เช่นได้ทราบว่าคนนั้นคนนี้โดยเฉพาะที่เป็นคนยากจนถูกล๊อตเตอรี่รางวัลที่หนึ่ง เพียงข่าวบอกว่าคนกวาดถนนคนหนึ่งถูกล๊อตเตอรี่ที่หนึ่ง มุทิตาความพลอยยินดีด้วยก็อาจเกิดขึ้นได้ในผู้มีพรหมวิหารธรรมแม้เพียงพอสมควร หรือเศรษฐีคนหนึ่งคนใดมีข่าวว่าถูกล๊อตเตอรี่รางวัลที่หนึ่ง ผู้มีพรหมวิหารธรรมก็ย่อมจะมีมุทิตาความพลอยยินดีด้วย ตรงกันข้ามกับผู้ไม่มีพรหมวิหารธรรมที่อาจจะมีความอิจฉาริษยาเกิดขึ้น

บางทีเมื่อมีผู้ศึกษาเล่าเรียนสำเร็จ มีการประกาศความสามารถพิเศษ เช่นสอบได้คะแนนสูงสุดถึงระดับเกียรตินิยม ผู้อบรมพรหมวิหารธรรมอยู่ก็จะพลอยยินดีด้วย เหมือนผู้นั้นเป็นพี่น้องลูกหลานที่รักที่ชอบใจคนหนึ่ง ส่วนผู้ขาดพรหมวิหารธรรมจะไม่รู้สึกพลอยยินดีด้วย และที่แรงหน่อยก็จะถึงกับเกิดความอิจฉาริษยาแทนลูกหลานของตนเอง หรือถ้าตนเองก็อยู่ในข่ายที่จะสามารถได้รับเกียรติเช่นนั้นด้วย แต่ไม่ได้มีเกียรติเช่นนั้น ก็อาจจะเกิดความอิจฉาริษยาได้ อย่าว่าแต่จะถึงกับพลอยมีมุทิตาความพลอยยินดีด้วยเลย

ขอให้พยายามทำความมั่นใจให้เกิดขึ้นเสียก่อน ว่าความพลอยยินดีด้วยหรือมุทิตานั้นมีขึ้นในใจผู้ใดจะไม่ทำให้ผู้นั้นเสียเปรียบอย่างแน่นอน มีแต่จะทำให้ได้เปรียบ ได้มีจิตใจที่มีค่า มีความสงบสุข แจ่มใส ก็เห็นง่าย ๆ เวลาดีใจกับเวลาหงุดหงิดไม่สบายใจแตกต่างกันอย่างไร ความพลอยยินดีด้วยกับความหมั่นไส้อิจฉาเมื่อผู้อื่นได้ดีก็แตกต่างกันเช่นนั้น

พรหมวิหารธรรมทุกประการ คือทั้งเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เมื่อเกิดขึ้นแท้จริง เป็นไปอย่างบริสุทธิ์ สะอาด เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับใจแล้ว จะมีพร้อมกันครบถ้วนทุกประการ คือทั้งสี่ประการ เป็นสายสืบต่อกัน ไม่มีขาดตกบกพร่อง ซึ่งพิจารณาตามเหตุผลแล้วก็จะต้องเป็นเช่นนั้น ถ้าขาดสาย บกพร่อง ก็จะเป็นไปไม่สมบูรณ์เลยสักประการเดียว คือเมตตาก็ตาม กรุณาก็ตาม มุทิตาก็ตาม อุเบกขาก็ตาม จะบกพร่องตามลำพังตนเองถ้าเกิดไม่ครบทั้ง ๔ ประการอย่างสมบูรณ์จริง ๆ

พิจารณาดูตามเหตุผลก็จะได้ดังนี้ เมื่อมีเมตตาปรารถนาให้เป็นสุขจริง ๆ แล้วจะหยุดอยู่เพียงเท่าที่ปรารถนาได้อย่างไร เหมือนคนหิวข้าว ปรารถนาจะได้กินข้าว ก็ยังต้องหาข้าวกิน เมตตาปรารถนาให้เป็นสุขก็เช่นเดียวกัน ปรารถนาจะให้เป็นสุขก็ต้องช่วยให้พ้นทุกข์ หาความสุขให้ นี่ก็แสดงว่าเมื่อเมตตาเกิดขึ้น กรุณาคือช่วยให้พ้นทุกข์ก็ตามมาเองเมื่อปรารถนาให้เป็นสุขและช่วยให้พ้นทุกข์แล้ว จะหยุดเพียงเท่านั้นก็ย่อมเป็นไปไม่ได้เหมือนคนหิวข้าว ปรารถนาจะได้กินข้าว หาข้าวกินได้อิ่มแล้ว ก็สบายใจในเรื่องไม่ต้องหิวข้าวเมื่อเมตตากรุณาเกิดแล้วก็เช่นเดียวกัน มุทิตาความพลอยยินดีด้วยก็ต้องตามมาเอง ก็เมื่อเมตตาปรารถนาให้เป็นสุข กรุณาช่วยให้พ้นทุกข์แล้ว มุทิตาความพลอยยินดีด้วยจะไม่เกิดมีหรือ

ลำบากสักหน่อยก็เรื่องอุเบกขา ความวางใจเป็นกลาง อันเป็นข้อสำคัญสุดท้ายของพรหมวิหารธรรม เพราะจิตใจของปุถุชนสามัญนั้นยังมีกิเลสตัณหา มีความเอียงไปทางนั้นบ้างทางนี้บ้างด้วยอำนาจของกิเลสตัณหาต่าง ๆ นั้น ที่จะให้ตั้งอยู่เป็นกลางจึงยาก แต่ถึงจะยากก็มิใช่เป็นสิ่งสุดวิสัย ถึงจะยากก็อยู่ในวิสัยที่จะอบรมให้เกิดขึ้นได้ โดยเฉพาะเมื่ออบรมเมตตากรุณามุทิตาเกิดได้แล้ว เป็นไปอย่างบริสุทธิ์บริบูรณ์เพียงพอแล้ว อุเบกขาจะเกิดขึ้นได้เองแบบอัตโนมัติไม่ต้องฝืน ไม่ต้องพยายาม ที่เป็นเช่นนั้นก็เพราะความสำนึกของ

ใจตนเองนั่นแหละเป็นสำคัญ เมื่อใจตนรู้อยู่แก่ใจตนอย่างซาบซึ้งแล้ว ว่าได้เมตตากรุณามุทิตาแล้วอย่างจริงใจเต็มที่ อะไรที่จะเกิดจะเป็นขึ้นอีกก็ไม่กระทบกระเทือนถึงได้แล้ว เหมือนคนมีงานที่จะต้องทำ เมื่อทำเสร็จเรียบร้อยทุกสิ่งทุกอย่างแล้ว ก็หมดกังวล พักผ่อนหลับนอนได้ตามสบาย

ความสำคัญจึงอยู่ที่ว่า ถ้าพิจารณาใจตนเองเห็นว่าอุเบกขายังเกิดไม่ได้ในเรื่องใด ก็แสดงว่าการทำหน้าที่ของตนในเรื่องนั้น ที่จำเป็นต้องใช้เมตตากรุณาและมุทิตา ยังไม่สำเร็จเรียบร้อย อาจจะยังขาดตกบกพร่องอยู่ หรืออาจจะยังผิดพลาดไป เช่นปฏิบัติเมตตากรุณาและมุทิตาไม่ถูกต้อง ยังผิดพลาด เช่นนี้ก็ให้พิจารณาเมตตากรุณามุทิตาของตนเสียให้ดี ปฏิบัติเสียให้ถูกต้องบริบูรณ์โดยสมควร

เมตตานั้นมีผิดได้ กรุณาก็ผิดได้ มุทิตาก็ผิดได้ ดังได้กล่าวมาแล้วในครั้งก่อน ๆ พึงพิจารณาใคร่ครวญตรวจตราเมตตากรุณามุทิตาของตนให้ละเอียดรอบคอบ ถ้ามีอคติลำเอียงเข้าข้างตนเอง หรือเข้าข้างผู้หนึ่งผู้ใดที่เป็นฝ่ายรับเมตตากรุณาและมุทิตาจากตน แล้วจะไม่สามารถอบรมพรหมวิหารธรรมให้สมบูรณ์บริบูรณ์ได้อย่างดี

คนบางคนบางพวกมีความเป็นสุขตามควรแก่อัตตภาพแล้ว แต่เมื่อผู้ใดผู้หนึ่งไม่มีจิตผูกพันชอบพอเป็นพิเศษก็อาจเป็นเหตุให้เกิดเมตตาที่ผิด กรุณาที่ผิด ในคนบางคนบางพวกนั้นได้ คือเขาได้มีสุขอยู่แล้วพอเหมาะพอสม แต่ด้วยความผูกพันชอบพอเป็นพิเศษก็อาจทำให้เกิดปรารถนาให้เขาเป็นสุขที่ยิ่งขึ้น อาจเห็นไปว่าในสภาพที่เหมาะที่สมของเขานั้นเป็นความทุกข์ของเขา ก็อาจทำให้เกิดต้องการช่วยให้เขาพ้นทุกข์ เมตตากรุณาเช่นนี้แหละที่รวมเข้าในเมตตากรุณาที่ผิด อันจะเป็นเหตุให้เกิดความวุ่นวายเดือดร้อนแก่ตัวเอง และอาจเกิดแก่ผู้ที่ตนมีเมตตากรุณาด้วย แก่ผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งหลายอีกเป็นอันมากด้วยก็ได้ กล่าวคือแทนที่จะเป็นคุณ เมตตากรุณาเช่นนั้นอาจจะเป็นโทษได้ สิ่งที่ทำลงไปไม่ถูกต้องย่อมให้โทษมากกว่าให้คุณ ทำผิดมากเพียงใดก็จักให้โทษมากเพียงนั้น พึงสังวรระวังให้อย่างยิ่งในข้อนี้เพราะเป็นจริงเช่นนี้

พิจารณาใจตนเองที่มีเมตตากรุณาต่อผู้หนึ่งผู้ใดอยู่ในขณะนี้ ที่กำลังร้อนเพราะความรู้สึกว่าเป็นความเมตตากรุณานั้น เมื่อเห็นความร้อนในใจก็ให้รู้ว่าต้องเป็นเมตตากรุณา

ที่ไม่ถูก เพราะเมตตากรุณาที่ถูกจะให้แต่ความเย็นเท่านั้น ไม่มีความร้อนแอบแฝงอยู่ด้วยเลย ยิ่งเป็นความร้อนมากเท่าใดก็ยิ่งแน่ใจได้ทีเดียวว่าเป็นเมตตากรุณาที่ผิดเท่านั้น

อาจมีปัญหาว่าเมตตากรุณาทำไมจึงยังมีผิดได้ในเมื่อความหมายของเมตตากรุณานั้นก็เป็นความหมายที่ดีอย่างยิ่ง ทำไมการปรารถนาให้เป็นสุขและต้องการช่วยให้พ้นทุกข์จึงจะผิดได้ ควรจะถูกอย่างเดียวเท่านั้นมากกว่า ความจริงก็น่าจะเป็นเช่นนั้น และก็เป็นเช่นนั้นจริง ๆ แต่ที่ยังมีผิดก็เพราะนั่นไม่ใช่เมตตากรุณาที่แท้จริง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในใจเหมือนเป็นเมตตากรุณา คือปรารถนาให้เป็นสุขและจะช่วยให้พ้นทุกข์เช่นนั้น ไม่ใช่เมตตากรุณา แต่เป็นการเห็นแก่ตัวบ้าง เห็นแก่พวกพ้อง หรือผู้เป็นที่รักชอบของตนบ้าง เป็นสุขเท่าไรแล้วก็ยังไม่ถึงใจ ยังปรารถนาจะให้เป็นสุขยิ่งขึ้น จนเกิดขอบเขตเหตุผล พยายามจะช่วยทั้ง ๆ ที่เป็นการเกินขอบเขตเหลุผลนั่นแหละ เช่นนี้จึงไม่เป็นเมตตากรุณา แต่เข้าใจกันไปว่าเป็นเมตตากรุณา ส่วนความจริงนั้นเป็นความเห็นแก่ตัวเห็นแก่พวกพ้องของตัวมากกว่า

เมตตากรุณาและความเห็นแก่ตัวเห็นแก่พวกพ้องของตัวจึงออกจะมีลักษณะใกล้เคียงคล้ายกันอยู่ น่าจะต้องระวังสังเกตให้เข้าใจให้ถูกต้อง ไม่เช่นนั้นหลงเห็นแก่ตัวแก่พวกพ้องผู้ที่ชอบพอของตัว แล้วก็คิดว่าเป็นการกำลังแสดงออกซึ่งเมตตากรุณาที่น่าจะเป็นที่นิยมสรรเสริญว่าเป็นคนดีมีธรรม

ความเห็นแก่ตัวหรือเห็นแก่พวกพ้องของตัวเป็นเรื่องธรรมดา ปุถุชนย่อมมีอยู่เช่นนี้ด้วยกัน แม้การแผ่เมตตาท่านก็ยังให้แผ่ไปในตัวเองและผู้เป็นที่รักเป็นพวกของตัวเองก่อน แต่ท่านหมายถึงในขอบเขตที่เป็นเมตตาจริง ๆ ไม่ใช่เลยขอบเขตจนเป็นความเห็นแก่ตัวเห็นแก่พวกของตัวอย่างไม่น่าดู จนเป็นการเอารัดเอาเปรียบผู้อื่น แม้เพียงใจที่มุ่งเอารัดเอาเปรียบก็ใช้ไม่ได้ อย่าว่าแต่จะถึงกับแสดงออกทางกายวาจาที่เป็นการเอารัดเอาเปรียบเลย

เกี่ยวกับเมตตากรุณามีที่พึงสังวรระวังอย่างหนักอยู่ก็คือต้องไม่ใช่เป็นสองฝักสองฝ่าย คือต้องระวังอย่างดีที่สุดที่จะให้เป็นเมตตากรุณาอย่างเป็นธรรม ไม่เข้าข้างโน้นออกข้างนี้ แม้การเข้าข้างนั้นข้างนี้จะเกิดจากความบริสุทธิ์ใจจริง ๆ ก็ยังไม่สมควร เมตตากรุณานั้นควรจะเป็นเหตุให้เกิดความรอบคอบระวังรักษาจิตใจของทุกฝ่าย โดยอาศัยความเชื่อในเรื่องกรรมและการให้ผลของกรรมเป็นหลัก วางใจลงให้ได้ในกรรม เมื่อผู้ใดทำกรรมใดไว้

ก็ต้องเมตตากรุณาเขาอย่างยึดกรรมเป็นหลักอย่างหนักแน่นมั่นคง การยึดกรรมเป็นหลักนั่นแหละจะช่วยให้ไม่ปฏิบัติผิดในการแสดงออกซึ่งเมตตากรุณา

บางที ถ้าจำเป็นต้องปล่อยให้ผู้หนึ่งผู้ใดต้องเสียน้ำใจบ้างเพราะไม่ได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือคือไม่ได้รับเมตตากรุณาจากเราทางกายทางวาจา เหตุเพราะผู้นั้นทำกรรมไม่ดีคือเป็นฝ่ายผิด ก็ควรทำใจให้เป็นกลาง ยอมปล่อยให้เขาเสียน้ำใจไป หรือแม้เขาจะนำเราไปตำหนิติฉินก็ยอมได้ ทั้งนี้เพื่อรักษาความเชื่อในเรื่องกรรมและการให้ผลของกรรมไว้ให้ปรากฏเป็นตัวอย่างแก่คนทั้งหลายผู้รู้เห็น และเพื่อสนับสนุนส่งเสริมผู้ทำกรรมดีที่อาจเป็นคู่กรณีกับฝ่ายผู้ทำกรรมไม่ดี ให้มีกำลังใจเบิกบานอาจหาญที่จะทำกรรมดีต่อไป

ผู้ใหญ่มีอำนาจวาสนาบารมีมากเพียงใดยิ่งต้องรอบคอบในการแสดงออกซึ่งเมตตากรุณาเพียงนั้น ส่วนเรื่องเมตตากรุณาในใจนั้นมีเต็มเปี่ยมได้ในทุกคนทุกฝ่ายไม่ว่าคนดีคนชั่วหรือฝ่ายถูกฝ่ายผิด และควรจะมีให้เต็มเปี่ยมอย่างยิ่ง แต่การแสดงออกต้องเป็นคนละอย่างต้องไม่ให้เป็นไปในทำนองเดียวกับใจ พระพุทธเจ้าก็ตามพระอรหันตสาวกก็ตาม ที่กิเลสสิ้นแล้ว ไม่มีโลภโกรธหลงในพระหฤทัยในใจแล้ว การแสดงออกของท่านบางครั้งก็ยังเป็นการแสดงออกของคนเกลียดคนโกรธ คือยังมีตำหนิติเตียนและลงโทษผู้ผิดได้ ขณะเดียวกันก็มีสรรเสริญยกย่องผู้ถูกได้ เป็นที่เข้าใจกันดีระหว่างท่านผู้รู้ ว่าการแสดงออกเช่นนั้นทางกายก็ตามทางวาจาก็ตาม หาได้เป็นการแสดงให้เห็นว่าจิตใจของท่านหวั่นไหวไปด้วยอำนาจของความโลภหรือความโกรธความหลงไม่ ใจเป็นเรื่องหนึ่งกายวาจาเป็นอีกเรื่องหนึ่ง ท่านผู้หมดโลภโกรธหลงแล้วก็ยังแสดงออกทางกายวาจาได้เหมือนผู้มีความโลภโกรธหลงทั้งหลาย แตกต่างกันแต่เพียงว่าการแสดงออกของท่านผู้บริสุทธิ์พ้นจากกิเลสทั้งหลายแล้วเป็นการจงใจแสดงออกด้วยความปรารถนาดีของท่าน เพื่อให้ความเมตตากรุณาของท่านเกิดผล เป็นคุณเป็นประโยชน์แก่ผู้รับเท่านั้น มิใช่เป็นการแสดงออกด้วยอำนาจผลักดันของกิเลสตัณหาอารมณ์

พิจารณาเปรียบเทียบไปให้ถึงพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย จะเห็นด้วยว่าผู้มีเมตตากรุณาไม่จำเป็นต้องนิ่งเรื่อยไป ตำหนิติโทษเพื่อช่วยแก้ไขความผิดพลาดบกพร่องของผู้ผิดผู้ใดไม่ได้ ไม่ใช่เช่นนั้น พยายามทำความเข้าใจให้ดีในความเป็นคนละเรื่องของใจกับการแสดงออก และแยกการปฏิบัติทางกายวาจากับทางใจให้ออกพ้นจากกัน อย่าให้

ผูกพันกันจนเป็นว่าเมื่ออบรมเมตตากรุณาแล้วตำหนิติโทษผู้ผิดก็ไม่ได้ อบรมสั่งสอนผู้ผิดให้มีโอกาสเป็นผู้ถูกก็ไม่ได้ เช่นนั้นไม่ถูก ควรทำความเข้าใจเสียให้ถูกจริง ๆ

ผู้มีอุเบกขาในใจการแสดงออกภายนอกหมายรวมถึงการที่ทำคำที่พูดเหมือนไม่มีอุเบกขาได้ เพราะผู้มีอุเบกขานั้นไม่หมายถึงจะต้องไม่รับรู้ในคุณในโทษของสิ่งภายนอก ผู้มีอุเบกขาย่อมรู้ดีว่าปฏิบัติอย่างไรเป็นคุณ ปฏิบัติอย่างไรเป็นโทษ บางทีการวางเฉยทางกายทางวาจาเหมือนกับใจที่วางเฉยอยู่ด้วยความสงบก็อาจเป็นคุณ แต่บางทีก็อาจเป็นโทษ ฉะนั้นเมื่อการวางเฉยภายนอกจะเป็นโทษ ผู้มีพรหมวิหารธรรมข้ออุเบกขาพิจารณาเห็นแล้วก็ย่อมต้องแสดงออกตามความเหมาะความควร รักษาไว้อย่างหวงแหนที่สุดเพียงอย่างเดียวคือใจที่เป็นอุเบกขา ไม่หวั่นไหววูบวาบขึ้นลงไปตามการแสดงออกภายนอก ความสงบอย่างยิ่งของใจย่อมมีอยู่ได้เป็นปรกติด้วยอำนาจของอุเบกขาที่แท้จริงใจพรหมวิหาร ตรงกันข้ามกับผู้มีใจยังไม่เป็นอุเบกขา ยังหวั่นไหววูบวาบ เอียงไปทางนั้นทางนี้ อยู่ตลอดเวลา ไม่อาจวางใจเป็นกลางวางเฉยได้ แต่บางทีผู้มีใจเช่นนี้ก็สามารถแสดงอุเบกขาให้ปรากฏออกมาภายนอกได้ คงจะเคยได้ยินกันทุกคนที่มีผู้พูดว่า "ฉันอุเบกขา ไม่ยุ่งด้วย" นั่นไม่หมายถึงว่าผู้พูดมีใจเป็นอุเบกขาในพรหมวิหาร แต่หมายเพียงว่ามีการกระทำเท่านั้นที่ไม่ยุ่งเกี่ยวในเรื่องนั้นเรื่องนี้ เป็นเรื่อง ๆ ไป แต่อุเบกขานั้นเมื่อเกิดขึ้นแล้วเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับใจของผู้ใด ใจของผู้นั้นจะสามารถวางเฉยได้ในทุกเรื่องทุกเวลา แม้บางระดับจะวางได้ไม่สูง ก็ยังพอวางได้ เรียกว่าเป็นอุเบกขาได้แม้ในระดับต่ำ ๆ แต่ก็ยังเป็นอุเบกขาที่แท้จริง เปรียบเหมือนต้นมะม่วงที่เพิ่งเริ่มสอนเป็น ยังเป็นต้นอ่อน ๆ เล็ก ๆ แต่เป็นมะม่วงพันธุ์อะไร เช่นมะม่วงมันแม้จะยังต้นเล็กก็เป็นต้นมะม่วงมัน โตขึ้นด้วยได้รับการทะนุบำรุงดูแลรักษาให้ถูกตามสมควรก็จะเป็นต้นมะม่วงมันที่ใหญ่โตเต็มที่ในภายหน้า จะไม่กลายเป็นต้นลำไยหรือต้นขนุนไปได้เป็นอันขาด

อุเบกขาในพรหมวิหารก็เช่นเดียวกัน อุเบกขาที่แท้จริงเกิดขึ้นได้ในระดับต่ำ ๆ ก่อน และเมื่อได้รับการอบรมอย่างสม่ำเสมอให้ถูกต้อง ก็จะค่อย ๆ เติบใหญ่ มีระดับสูงขึ้น ๆ ได้ทุกวันเวลา จนกระทั่งสามารถเป็นอุเบกขาในระดับสูงที่สุดได้ จะเป็นอื่นนอกจากอุเบกขาไม่ได้

ฉะนั้นควรพยายามเห็นคุณของอุเบกขา ควรอบรมให้เกิดขึ้น ให้เป็นอุเบกขาที่แท้จริง แม้จะได้เพียงระดับต่ำ ๆ ก่อน ก็ควรมั่นใจได้ว่าจะต้องดำเนินไปถึงระดับสูงสุดได้ในวันหนึ่ง และเมื่ออุเบกขาเกิดขึ้นแล้ว ได้รับการเอาใจใส่อบรมแล้ว ความสุขอย่างยิ่งของผู้นั้นย่อมเกิดขึ้นอย่างแน่นอน จะเป็นความสุขที่เจ้าตัวเองเท่านั้นรู้เห็นและเข้าใจอย่างซาบซึ้ง คนอื่นพออาจเข้าใจรสของอุเบกขาได้ไม่ ว่าเป็นรสที่เลิศ ควรจะได้ลิ้ม

ทุกวันนี้มีความวุ่นวายให้ต้องประสบพบผ่านอยู่เป็นอันมาก ทั้งยังจะต้องแก้ไขไปตามเรื่องราวอีกด้วย ถ้ามีอุเบกขาอยู่ในใจให้พอสมควร การแก้ไขหรือการเผชิญความวุ่นวายเหล่านั้นก็จะเป็นไปได้อย่างที่ไม่ทำให้ต้องร้อนต้องวุ่นจนเกินไปนัก การกระทำทางกายทางวาจานั้นแน่นอนที่บางเรื่องบางคราวจะต้องเหนื่อยต้องวุ่นต้องยุ่งถึงที่สุด แต่ใจนั้นสิสำคัญกว่า ให้อุเบกขารักษาใจไว้อย่าให้โลดแล่นไปกับกาย ให้อุเบกขาเป็นเครื่องอยู่ที่ร่มเย็นเป็นสุขที่สุดเถิด

คุณลักษณะของผู้มีพรหมวิหารธรรมที่ถูกต้องแท้จริง คือมีเมตตาที่ประกอบด้วยอุเบกขา มีกรุณาที่ประกอบด้วยอุเบกขา มีมุทิตาที่ประกอบด้วยอุเบกขา และมีอุเบกขาที่พร้อมด้วยเมตตา กรุณา และมุทิตา จะเห็นได้ว่าผู้มีพรหมวิหารธรรมที่แท้จริงนั้นต้องมีธรรมทั้งสี่ประการพร้อมเพรียงกันบริบูรณ์ ไม่ขาดตกบกพร่องทุกเวลา ไม่มีอย่างหนึ่งอย่างใดตามลำพังโดดเดี่ยว เพราะถ้ามีธรรมประการหนึ่งประการใดตามลำพังก็จะมีทางผิดไปจากทางของธรรมที่ถูกต้องแท้จริงได้ เช่นถ้ามีแต่อุเบกขาก็จะเป็นความใจจืดใจดำได้อย่างแน่นอน แต่ถ้ามีอุเบกขาที่ประกอบด้วยเมตตา กรุณา และมุทิตา ก็จะเป็นธรรมที่แท้จริง ไม่ผิดไปจากธรรม หรือถ้ามีแต่เมตตากรุณามุทิตาไม่มีอุเบกขาประกอบไปพร้อมกน ก็จะเป็นการเห็นกับพวกพ้องพี่น้องผู้เป็นที่รักชอบของตน เป็นการเห็นแก่ตัวได้อย่างแน่นอน และจะเป็นการให้โทษได้ไม่น้อยกว่าเป็นการให้คุณ ดังที่ได้เคยกล่าวถึงแล้ว คือเมื่อเมตตากรุณาแล้วไม่อาจทำให้เป็นไปตามที่ปรารถนาต้องการได ก็ย่อมจะร้อนรนถ้าปราศจากอุเบกขาความวางใจเป็นกลาง

ดังนั้นถ้าจะอบรมพรหมวิหารธรรมก็อย่าเห็นว่าเมตตากรุณาเท่านั้นสำคัญ มุทิตาและอุเบกขาก็สำคัญอย่างยิ่ง ไม่มีเมตตากรุณาก็จะมีใจโหดเหี้ยม ไม่มีมุทิตาก็จะมีอิจฉาริษยา

ไม่มีอุเบกขาก็จะไม่รู้จักวางเฉย ไม่รู้จักปล่อยวางยึดมั่นอยู่ ความโหดเหี้ยม ความอิจฉาริษยา ความยึดมั่นไม่ปล่อยวาง ย่อมเป็นความไม่สวยไม่งามของจิตใจ ย่อมไม่เป็นที่พึงปรารถนา ฉะนั้นเมื่อปรารถนาจะไม่ให้ได้ชื่อว่าเป็นคนโหดเหี้ยมขี้อิจฉาริษยาหรือไม่ปล่อยวาง ก็ต้องอบรมพรหมวิหารธรรม เพื่อให้จิตพ้นจากสภาพที่ไม่งดงามไม่เป็นที่พึงปรารถนาดังกล่าว

ผู้ปรารถนาให้ตนเองมีจิตใจดี มีจิตใจสูง มีจิตใจเย็นสบาย ควรต้องอบรมพรหมวิหารธรรมให้สมบูรณ์บริบูรณ์อย่าได้ว่างเว้น โอกาสที่จะแผ่เมตตามีอยู่ทุกเวลา ที่จะใช้กรุณาก็มีอยู่ทุกเวลา ที่จะแสดงมุทิตาก็มีอยู่ทุกเวลา มีสติระวังให้มีอุเบกขาไปพร้อมกันด้วยก็จะเป็นพรหมวิหารธรรมที่ถูกต้องสมบูรณ์บริบูรณ์ ที่จะให้คุณแก่เจ้าตัวเต็มที่ก่อนผู้อื่น

ธรรมของพระพุทธเจ้านั้นล้วนแต่สอนให้ได้ดี ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ ธรรมของพระพุทธเจ้าไม่มีข้อใดหมวดใดเลยที่ไม่สอนให้ดี และคุณของการศึกษาปฏิบัติธรรมของพระพุทธเจ้าก็กว้างขวางนัก ผู้ไม่พิจารณาให้รอบคอบด้วยดีอาจจะไม่ประจักษ์ เช่นพรหมวิหารธรรมเป็นตัวอย่าง มีคุณกว้างขวางอย่างยิ่ง ลองพิจารณาดูได้

เมตตา ความปรารถนาให้เป็นสุข ก็มีคุณดังได้กล่าวมาแล้วพอสมควร ว่ามิได้มีคุณแก่ผู้หนึ่งผู้ใดโดยเฉพาะ นอกเสียจากว่าจะมิได้เป็นเมตตาที่แท้ เมตตามีคุณกว้างขวางหาขอบเขตมิได้ ทุกคนมีสิทธิจะแผ่เมตตาให้ทุกคนทุกชีวิตได้ และทุกคนมีสิทธิรับเมตตาจากทุกคนทุกชีวิตได้ คุณของเมตตาก็คือความเย็น เมตตามีที่ใดความเย็นมีที่นั้น ผู้มีเมตตาจึงเป็นผู้มีความเย็นสำหรับเผื่อแผ่ และผู้ยอมรับเมตตาก็จะเป็นผู้มีความเย็นได้ด้วย ผู้มีเมตตาหรือผู้ให้เมตตาย่อมเป็นผู้เย็น คือเย็นเพราะไม่มุ่งร้ายต่อผู้อื่น มุ่งแต่ดี มีปรารถนาจะให้เป็นสุข เมื่อความไม่มุ่งร้ายมีอยู่ ความไม่ร้อนก็ย่อมมีอยู่เป็นธรรมดา ทุกคนอาจรู้สึกได้ด้วยกันทั้งนั้น แต่ก็มีมากที่ไม่คิดให้เข้าใจซึ้งว่าความปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุขก็เช่นเดียวกับปรารถนาให้ตัวเองเป็นสุขนั่นแหละ จะให้ผลเป็นคุณแก่ตนเองนั่นแหละก่อนทีเดียว เช่นเดียวกับการมุ่งร้ายต่อผู้อื่นนั่นแหละจะให้ทุกข์กับตัวเอง จะให้ผลเป็นโทษแก่ตนเองนั่นแหละก่อนทีเดียว

ดังนั้นจึงควรมีสติรู้ตัว ว่ามีความมุ่งร้ายหรือปรารถนาให้ผู้ใดเป็นสุขอย่างไร ถ้ารู้สึกว่ามีความไม่ปรารถนาดีเกิดขึ้นในใจ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่ามีความมุ่งร้าย ก็ให้

พยายามทำความรู้ตัวว่าความร้อนรนในจิตใจขณะนั้นหาได้เกิดจากผู้อื่นไม่ แต่เกิดจากใจตนเอง และให้รู้ด้วยว่าถ้าแม้ทำความมุ่งร้ายให้ลดน้อยลงได้ ก็จะทำความร้อนภายในใจให้ลดน้อยลงได้ และเมื่อใดทำความมุ่งร้ายให้หมดสิ้นไปได้ก็จะทำให้ความร้อนหมดสิ้นไปได้เช่นกัน แล้วพิจารณาใจตนเองว่าพอใจจะมีความร้อนหรือ ถ้าไม่พอใจก็ให้รู้ว่าเพราะมีเหตุหนึ่งคือความมุ่งร้ายเป็นส่วนสำคัญ และก็ยังมีเหตุอื่น ๆ ประกอบอีกด้วย พยายามลดเหตุเหล่านั้นให้น้อยลงจนถึงให้หมดสิ้นไป จะได้พบความสุขใจตามควรแก่การปฏิบัติที่เป็นการลดเหตุแห่งความทุกข์

เมตตาเป็นเครื่องทำลายความมุ่งร้ายหรือความพยาบาทได้อย่างแน่นอน ดังนั้นเมตตาจึงเป็นเหตุแห่งความสุขที่เห็นได้ชัด เป็นเหตุที่ควรสร้างให้มีขึ้นเพื่อทำความทุกข์ให้ลดน้อยถึงหมดสิ้นไป

การพยายามมองคนในแง่ดี ในแง่ที่น่าเห็นอกเห็นใจ พยายามหาเหตุผลมาลบล้างความผิดพลาดบกพร่องของคนทั้งหลาย และการพยายามคิดว่าคนทุกคนเหมือนกัน เป็นธาตุดินน้ำไฟลมอากาศด้วยกัน ไม่ควรจะถือเป็นเขาเป็นเรา และเมื่อไม่ถือเป็นเขาเป็นเราแล้วก็ย่อมจะไม่มีการมุ่งร้ายต่อกันและกันเป็นธรรมดา ความปรารถนาดีต่อกันย่อมมีได้อย่างง่าย

ได้ยกเมตตามากล่าวแล้วว่ามีคุณอย่างไร ทีนี้พิจารณาคุณของกรุณาการช่วยให้พ้นทุกข์ ว่ามีอย่างไร

พิจารณาการช่วยให้พ้นทุกข์ที่ง่ายที่สุดเสียก่อน เช่นเห็นมดว่ายกระเสือกกระสนอยู่ในภาชนะที่มีน้ำ การช่วยให้พ้นทุกข์ก็คือเขี่ยขึ้นให้พ้นน้ำ หรือถ้ามีจำนวนมากก็อาจจะนำน้ำนั้นไปเทลงดิน มดก็จะพ้นจากทุกข์ได้ เป็นบุญคุณที่มดได้รับ ส่วนคุณที่ผู้มีกรุณาได้รับก็มีแน่ แม้จะเป็นการช่วยชีวิตสัตว์เล็ก ๆ เป็นการช่วยสัตว์เล็กเท่ามดให้พ้นทุกข์ แต่อย่าประมาทว่าคุณที่ผู้แสดงกรุณาจะเล็กน้อยไปด้วย ของใหญ่ย่อมเกิดจากของเล็ก น้ำฝนที่เป็นของจำเป็นอย่างยิ่งแก่ชีวิตเกิดจากเมฆใหญ่ แต่เมฆใหญ่ก็เกิดจากการรวมตัวของปุยเมฆน้อย ๆ และปุยเมฆน้อย ๆ ก็เกิดจากละอองที่บางเบา แม้เพียงเท่านี้ก็ย่อมชัดเจนแล้วว่าถ้าไม่เริ่มต้นจากเล็กน้อยแล้ว สิ่งที่ยิ่งใหญ่จะเกิดขึ้นไม่ได้ ฉะนั้นอย่าประมาทความเล็กน้อย

ขณะยังไม่มีโอกาสจะแสดงความกรุณาที่ยิ่งใหญ่ ก็อย่าละเลยการแสดงความกรุณาแม้ที่เล็กน้อยเพียงใด แสดงกรุณาครั้งหนึ่งก็เท่ากับฝังความดีลงในใจครั้งหนึ่ง หลายครั้ง

เท่าไรความดีก็จะฝังลงมากเท่านั้น เมื่อมีการกระทำความดีอื่น ๆ ประกอบอยู่ด้วยโดยสม่ำเสมอ ความดีก็จะเพิ่มมากขึ้นโดยสม่ำเสมอ เป็นการแย่งที่ของความไม่ดี ที่ในหัวใจก็เหมือนที่ภายนอก คือเมื่อสิ่งหนึ่งวางอยู่แล้วอีกสิ่งหนึ่งก็อยู่ไม่ได้ เมื่อกรุณาเกิดขึ้น แสดงออก ความเบียดเบียนก็เกิดไม่ได้ เพราะเมื่อช่วยให้พ้นทุกข์เสียแล้วจะเบียดเบียนได้อย่างไร เป็นของตรงกันข้ามเหมือนดำกับขาว เมื่อเป็นสีขาวก็ไม่ใช่สีดำ จะเป็นทั้งสีดำและสีขาวไปพร้อมกันไม่ได้ กรุณาจึงมีคุณยิ่งใหญ่ที่จะป้องกันมิให้จิตใจมีที่ว่างสำหรับความเบียดเบียนทำร้าย ซึ่งมีโทษสถานเดียว เช่นเดียวกับเมตตาที่มีคุณยิ่งใหญ่ ที่จะป้องกันมิให้จิตใจมีที่ว่างสำหรับความพยาบาทความมุ่งร้ายทั้งปวง

ทุกชีวิตเกิดมาแล้วมีความทุกข์อย่างยิ่งด้วยกันทั้งนั้น เป็นทุกข์ร่วมกันก็มีเป็นอันมาก เป็นทุกข์เฉพาะตัวก็มีเป็นอันมาก เมื่อตนเองเกิดทุกข์ คือเมื่อตนเองรู้สึกในทุกข์ เพราะความจริงนั้นทุกข์เกิดอยู่เสมอไม่ขาดสาย แต่บางทีเราก็ไม่รู้สึกในทุกข์นั้น เพราะทุกข์นั้นถูกปิดบังเสียบ้าง หรือเพราะหลงถือว่าทุกข์เป็นสุขไปเสียบ้าง ฉะนั้น ก็เอาเพียงว่าถ้าตนเองรู้สึกเป็นทุกข์เมื่อไร ก็ให้สละความคิดถึงแต่ตัวเองไปนึกถึงผู้อื่นบ้าง ว่าเมื่อตนเป็นทุกข์มีความเดือดร้อนอย่างไร ต้องการให้ทุกข์นั้นหมดสิ้นไปอย่างไร ผู้อื่นก็จะมีความรู้สึกเช่นเดียวกับตนนั่นเอง ให้ฝึกนึกถึงตัวคนอื่นไปพร้อมกับนึกถึงตัวเราใจเราให้เสมอ อย่านึกถึงแต่ตัวเราใจเราอยู่แต่อย่างเดียวเท่านั้น เพราะการนึกถึงแต่ตัวเองไม่เป็นคุณ แม้แก่ตัวเองนั่นแหละ ผู้ที่คิดว่าการนึกถึงผู้อื่น เห็นอกเห็นใจผู้อื่น เท่ากับนึกถึงตัวเอง เห็นอกเห็นใจตัวเองจะเป็นการขาดทุนขาดประโยชน์ตนนั้น เข้าใจผิดอย่างยิ่ง ตรงกันข้าม การนึกถึงผู้อื่นเช่นเดียวกับนึกถึงตนเอง นึกถึงใจตนเอง จะเป็นการได้กำไร ได้ประโยชน์ตนอย่างยิ่ง

การแสดงกรุณาคือช่วยให้พ้นทุกข์นั้น แม้จะเป็นในเรื่องเล็กน้อยดังกล่าวมาแล้วก็ดี หรือแม้จะเป็นเรื่องใหญ่ ๆ เช่นตามข่าวที่เคยปรากฏว่ามีผู้ยอมสละชีวิตช่วยคนตกน้ำบ้าง หรือช่วยคนไฟไหม้ จนตัวเองถึงตายบ้าง เกือบถึงตายบ้าง ล้วนเป็นคุณที่ไม่เพียงแต่จะเกิดแก่ผู้รับกรุณาเท่านั้น แต่จะเป็นคุณยิ่งใหญ่ต่อผู้แสดงออกซึ่งความกรุณานั้นด้วย และจะเป็นคุณยิ่งใหญ่แก่ผู้แสดงกรุณายิ่งกว่าเป็นคุณแก่ผู้รับกรุณาเสียด้วยซ้ำไป พิจารณาให้ละเอียดจนเกิดความเข้าใจก็ดีจะเป็นการเพิ่มพูนกำลังใจให้แสดงออกซึ่งความกรุณาต่อไปไม่หยุดยั้ง

ชาตินี้ของทุกชีวิตย่อมมีไม่นาน ที่เป็นมนุษย์ก็มีเวลาสำหรับชาตินี้เพียงร้อยปีเป็นอย่างมาก แต่ชาติข้างหน้านั้นนับปีไม่ถ้วน และก็นับชาติไม่ถ้วน ความสุขความทุกข์ที่จะต้องเผชิญในชาตินี้จึงเหลืออีกไม่มากเลย ส่วนความสุขความทุกข์ที่จะต้องเผชิญในภพชาติข้างหน้านั้นมากมายเกินประมาณ ถ้าเป็นความสุขก็จะได้เสวยกันอย่างยั่งยืน ถ้าเป็นความทุกข์ก็จะได้เสวยกันอย่างแทบจะทนทานไม่ไหวเพราะเนิ่นนานหนักหนา ดังนั้นผู้มีปัญญาจึงพิจารณาเห็นว่าไม่ควรคำนึงถึงความสุขทุกข์ในชาตินี้จนเกินไป แต่ควรคำนึงห่วงใยเตรียมตัวเตรียมใจสำหรับชีวิตใหม่ในภพชาติข้างหน้าที่จะต้องได้พบผ่านอย่างไม่ต้องสงสัย นอกเสียจากว่าจะสามารถทำกิเลสให้สิ้นได้เท่านั้น

ผู้มีปัญญาพอประมาณก็เตรียมสะเบียงสำหรับภพชาติข้างหน้าด้วยการทำทานการกุศล เพื่อได้มีชีวิตใหม่ในภพชาติข้างหน้าอย่างไม่ขาดแคลน บางคนก็ทำบุญทำกุศลปรารถนาสวรรค์ บางคนก็ปรารถนาความมั่งมีในภพภูมิของมนุษย์ ซึ่งนับว่าเป็นการกระทำที่ถูก เป็นการเชื่อกรรม ว่ากรรมดีจะให้ผลดี จึงเมื่อหวังผลดีก็ทำกรรมดี

อย่างไรก็ตามผู้มีปัญญามาก เล็งรู้ว่าความไม่เที่ยงมีอยู่ แม้เกิดดีแล้ว ได้ขึ้นสวรรค์ชั้นห้าสมปรารถนาแล้ว แต่ด้วยความไม่เที่ยงก็ย่อมสามามารถพ้นจากฐานะนั้นมาได้รับความทุกข์ยากในภพภูมิอื่นได้ ดังนั้นผู้มีปัญญามากจึงไม่มุ่งปรารถนาความเกิด ไม่ว่าจะเกิดเป็นอะไรก็ตาม สูงส่งเป็นสุขเพียงไหนก็ตาม เพราะความมีปัญญาทำให้เล็งรู้ว่าความสุขนั้นจะไม่ยั่งยืน และจะรู้ด้วยว่าถ้าปรารถนาความไม่ต้องพ้นจากความสุขไปสู่ความทุกข์ก็ต้องปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์ คือละกิเลสให้สิ้นเท่านั้น

ผู้มีปัญญามากย่อมศึกษาปฏิบัติเพื่อความละกิเลส และท่านผู้สามารถละกิเลสได้ก็มิใช่ว่าไม่มีอยู่ ตัวอย่างมีอยู่แล้ว ดังนั้นผู้มีปัญญามากจึงมีกำลังใจที่จะดำเนินตาม เพื่อความเป็นผู้พ้นทุกข์ ไม่ต้องพบความเวียนว่ายตายเกิด ไม่ต้องพบทุกข์ของความเกิดอีกต่อไป จุดสูงสุดในพระพุทธศาสนาที่ชาวพุทธทั้งหลายภาคภูมิใจในพระพุทธเจ้าของพวกเราอย่างยิ่งก็คือการไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิด ให้ต้องเป็นทุกข์เป็นเขาอื่นนี้แหละ แม้พิจารณาเห็นหรือเพียงเชื่อตามก็ยังดี ว่าทุกคนสามารถปฏิบัติดำเนินไปถึงจุดสูงนั้นได้ ก็ให้เร่งศึกษาปฏิบัติเพื่อความสิ้นกิเลส สิ้นโลภ สิ้นโกรธ สิ้นหลง เถิด

ความสิ้นโลภ สิ้นโกรธ สิ้นหลงนั้น แม้เราจะยังไม่บรรลุถึง แต่ถ้าใช้ปัญญาพิจารณาก็ย่อมจะเห็นว่าถ้าบรรลุถึงเมื่อใดย่อมจักมีความสุขสูงสุดเมื่อนั้น ทั้งนี้ก็โดยใช้ปัญญาเปรียบเทียบให้แยบคาย ก็ให้มีใจตนเองนี้แหละเป็นจุดสำคัญ พิจารณาให้เห็นจากใจตนเองนี้แหละ ดูให้รู้ว่าเวลาเกิดความโลภ ความโกรธ หรือความหลงก็ตาม ใจมีความสุขหรือว่ามีความทุกข์ ดูให้เห็นชัดเจนตามความเป็นจริงเถิด แล้วก็จะต้องยอมรับว่าเป็นทุกข์ มิได้เป็นสุขเลย ความโลภเกิดขึ้นก็เป็นทุกข์ ร้อนรนอยู่ด้วยความปรารถนาความต้องการที่จะได้จะมีสิ่งทั้งหลายอันตนยังมิได้มีอยู่ ตัวอย่างเมื่อเห็นใครเขามีของสวยงาม เกิดความโลภอยากจะหามาเป็นของของตนบ้าง ความร้อนที่จะไม่เกิดขึ้นย่อมไม่ได้ ความร้อนย่อมเกิดขึ้นในใจที่โลภแสวงหาอย่างแน่นอน มากน้อยตามความปรารถนาต้องการว่ารุนแรงเพียงไหน โลภมากก็ร้อนมาก ทุกข์มาก เพราะต้องทุ่มเทกำลังกายกำลังใจมากเพื่อจะให้ได้มาซึ่งสิ่งที่จะสนองความปรารถนาต้องการคือความโลภของตน

ความโกรธก็เช่นกัน เกิดขึ้นเมื่อใดให้ความร้อนเมื่อนั้น โกรธมากร้อนมาก โกรธน้อยร้อนน้อย ลงว่าความโกรธเกิดขึ้นแล้วความปกติแห่งจิตใจย่อมมีอยู่ไม่ได้ จิตใจย่อมต้องวูบวาบหวั่นไหวไปตามอำนาจแห่งความโกรธ ถึงแม้บางทีจะสามารถควบคุมความโกรธไว้ไม่ให้ปรากฏออกมาภายนอกได้ แต่เมื่อปรากฏอยู่ในใจก็ต้องให้ความร้อนแก่ใจอย่างไม่ต้องสงสัย ถ้าสามารถควบคุมใจไม่ให้มีความโกรธได้เท่านั้นจึงจะสามารถทำให้ความร้อนอันเกิดจากความโกรธไม่เกิดได้ แต่ถ้าแสดงความโกรธแต่เพียงภายนอก คือเพียงกายวาจา โดยที่ไม่มีความโกรธปรากฏอยู่ในใจ ความร้อนก็จักไม่เกิดขึ้น ความทุกข์ก็จักไม่เกิดขึ้น อาจพิสูจน์ได้ด้วยตนเอง เช่นเวลาไม่โกรธ แต่แสร้งทำท่าทางขู่เด็กเพื่อให้เด็กตกใจกลัวเล่นสนุก ๆ หรือให้กลัวจริง ๆ ก็ตามใจจะไม่ร้อน ไม่เกิดทุกข์ ในทางตรงกันข้าม เวลาโกรธใครขึ้นมาแต่แสดงออกไม่ได้ อาจจะเพราะรู้ว่าเป็นการไม่สมควร หรือกลัวอำนาจอะไรสักอย่างหนึ่งก็ตาม ต้องแสดงออกอย่างสุภาพราบเรียบ พูดจาก็ไพเราะเรียบร้อย กิริยาท่าทางก็สงบเยือกเย็น ขณะที่ใจพลุ่งพล่านด้วยความโกรธ เวลาเช่นนั้นเป็นเวลาที่เป็นทุกข์ร้อนอยู่ภายในใจอย่างแน่นอน ต่อให้หน้าจะยิ้มแย้มแช่มชื่นหรือจะกำลังหัวเราะเบิกบานก็ตาม แต่เมื่อใจกำลังโกรธพลุ่งพล่านอยู่แล้วต้องหนีความร้อนไม่พ้น การแสดงออกภายนอกช่วยให้ความร้อนหมดสิ้นไปไม่ได้

อย่างไรก็ตาม หากการแสดงออกภายนอกเป็นการสะกดกลั้นเพื่อให้ความโกรธในใจลดน้อยถึงกับลงโดยที่เจ้าตัวเองรู้จุดมุ่งหมายแห่งการแสดงออกอย่างเย็นของตนเองดี เช่นนี้ก็ย่อมให้ผลดีได้ คือย่อมทำให้ความโกรธลดลงได้เร็วดับลงได้เร็ว ไม่เพิ่มความรุนแรงเหมือนเมื่อปล่อยให้การแสดงออกทางกายวาจารุนแรงไปพร้อมกับที่ความโกรธความแรงเกิดขึ้นในใจ เมื่อใดความโกรธลดลง ความร้อนก็จะลดลงเมื่อนั้น ความสุขก็เกิดขึ้นแทนที่ มีความโกรธน้อยเพียงไรความร้อนก็มีน้อยเพียงนั้น ความโกรธมีอยู่มากเพียงไรความร้อนก็จะมีอยู่มากเพียงนั้น

สิ้นโลภ สิ้นโกรธ แม้ยังไม่เด็ดขาดสิ้นเชิง ก็จะได้พบความสุขเป็นอันมากได้แล้วแล

พุทธชยมังคลคาถา

มหาการุณิกชยมังคลคาถา

คาถาชินบัญชร

แสงส่องใจ

มองเมืองไทยทางพุทธบัญชร

คำชี้แจง

คาถาแปลที่พิมพ์ในหนังสือนี้มีสาม คือ พุทธชยมังคลคาถา (พาหุํ) มหาการุณิกชยมังคลคาถา และคาถาชินบัญชร

คาถาชินบัญชร เป็นที่นับถือสวดกันแพร่หลาย กล่าวกันว่า เป็นของเจ้าพระคุณสมเด็จพระพุฒาจารย์ (โต พรหมรํสี) วัดระฆังโฆสิตาราม นายฉันทิชย์ กระแสสินธุ์ ได้เคยนำมาขอให้แปลเพื่อพิมพ์ในหนังสือประวัติของเจ้าพระคุณสมเด็จฯ ครั้งหนึ่ง เมื่อนานปีมาแล้ว แต่ก็ยังสงสัยในถ้อยคำและประโยคหลายแห่ง เพราะไม่อาจจับความได้ ทั้งเมื่อได้พบหลายฉบับจากหลายสำนักเข้า ก็ได้พบคำที่ผิดเพี้ยนกันบ้างเกือบทุกฉบับ ไม่อาจจะตัดสินได้ว่าที่ถูกเป็นอย่างไร ได้เคยนึกสงสัยมานานแล้วว่า เจ้าพระคุณสมเด็จฯ ได้เรียบเรียงขึ้นเอง หรือได้ต้นแบบมาจากไหน เมื่อไม่นานมานี้ได้มีผู้นำหนังสือมาในเล่มหนึ่ง เป็นหนังสือขนาดเล็กพิมพ์ในประเทศศรีลังกา ชื่อหนังสือ The Mirror of The Dhamma (กระจกธรรม) โดยท่านนารทมหาเถระ และท่านกัสสปเถระ ฉบับที่ได้มานี้พิมพ์เมื่อ พ.ศ. ๒๕๐๔ (ของศรีลังกา ตรงกับ พ.ศ. ๒๕๐๓ ของไทย) ค.ศ. ๑๙๖๑ เป็นแบบหนังสือคู่มือธรรมที่จะใช้สวดและปฏิบัติเป็นประจำได้ เริ่มแต่นโม พุทฺธํ ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ คำสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย คำบูชา คำสมาธิภาวนาต่าง ๆ บทสวดมี พาหุํ ชินบัญชร มงคลสูตร รตนสูตร เป็นต้น ตัวบาลีพิมพ์ด้วยตัวอักษรสีหฬและอักษรโรมัน มีคำแปลเป็นภาษาอังกฤษ เมื่อได้อ่านชินบัญชรในหนังสือนี้แล้ว ก็ได้พบคำและประโยคที่เคยสงสัยในฉบับที่สวดกันในเมืองไทยซึ่งจับความได้ หายความข้องใจ จึงได้คิดว่าจะคัดฉบับลังกามาพิมพ์เพื่อผู้ที่ต้องการทราบจะได้อ่านพิจารณา และคิดจะปรับปรุงฉบับที่สวดกันในเมืองไทย อนุวัตรฉบับลังกาเฉพาะที่เห็นว่าสมควรจะปรับปรุงด้วย ทั้งสองฉบับนี้ เมื่อเทียบกันแล้ว ก็รู้สึกว่าต้นฉบับเดิมนั้นเป็นอันเดียวกันแน่ ฉบับลังกามี ๒๒ บท ส่วนฉบับที่สวดกันในเมืองไทย มี ๑๔ บท ก็คือ ๑๔ บท ข้างต้นของฉบับลังกานั้นเอง เพราะความเดียวกันถ้อยคำก็เป็นอันเดียวกันโดยมาก ส่วนคำอธิษฐานตอนท้ายบทที่ ๑๔ ของฉบับที่สวดกันในเมืองไทย ย่อตัดมาอย่าง

รวบรัดดีมาก ส่วนบทคาถาที่ ๑๒ และ ๑๓ สับบรรทัดกัน เมื่อแก้ใหม่ตามฉบับที่ปรับปรุงแล้วนี้ จะถูกลำดับดี

ในการพิมพ์นี้ เรียงชินบัญชรฉบับลังกาไว้ก่อน คงไว้ตามต้นฉบับทุกประการ แล้วมีคำแปลเป็นภาษาไทยซึ่งได้แปลขึ้นในคราวที่พิมพ์แต่ครั้งแรก (พ.ศ. ๒๕๑๘) ต่อจากนั้นชินบัญชรฉบับที่สวดกันในเมืองไทยปรับปรุงขึ้นใหม่ อนุวัตรแบบลังกาเฉพาะที่เห็นว่าสมควร และมีคำแปลภาษาไทยที่แปลขึ้นใหม่เช่นเดียวกัน ในการแปลครั้งหลังนี้ไม่ได้เทียบกับคำแปลเก่าที่เคยแปลไว้เพราะไม่พบฉบับที่แปลไว้

บทสวดพาหุํ มหาการุณิโก และชินบัญชร เป็นที่นิยมสวดกันในเมืองไทยมาช้านาน แต่บทสวดพาหุํและมหาการุณิโกมีถ้อยคำยุติที่แน่นอน ส่วนบทสวดชินบัญชร แต่ละฉบับแต่ละสำนักยังผิดแผกกันอยู่ ถ้าอาจทำให้ยุติเป็นแบบเดียวกันได้ ก็จะเป็นการดี

๒๕๒๐

พุทฺธชยมงฺคลคาถา

๑. พาหุํสหสฺสมภินิมฺมิตสาวุธนฺตํ
ครีเมขลํ อุทิตโฆรสเสนมารํ
ทานาทิธมฺมวิธินา ชิตวา มุนินฺโท
ตนฺเตชสา ภวตุ เต ชยมงฺคลานิ.[๑]

๒. มาราติเรกมภิยุชฺฌิตสพฺพรตฺตึ
โฆรมฺปนาฬวกมกฺขมถทฺธยกฺขํ
ขนฺตีสุทนฺตวิธินา ชิตวา มุนินฺโท
ตนฺเตชสา ภวตุ เต ชยมงฺคลานิ.

๓. นาฬาคิรึ คชวรํ อติมตฺตภูตํ
ทาวคฺคิจกฺกมสนีว สุทารุณนฺตํ
เมตฺตมฺพุเสกวิธินา ชิตวา มุนินฺโท
ตนฺเตชสา ภวตุ เต ชยมงฺคลานิ.

๔. อุกฺขิตฺตขคฺคมติหตฺถสุทารุณนฺตํ
ธาวนฺติโยชนปถงฺคุลิมาลวนฺตํ
อิทฺธีภิสงฺขตมโน ชิตวา มุนินฺโท
ตนฺเตชสา ภวตุ เต ชยมงฺคลานิ.

๕. กตฺวาน กฏฺฐมุทรํ อิว คพฺภินียา
จิญฺจาย ทุฏฺฐวจนํ ชนกายมชฺเฌ
สนฺเตน โสมวิธินา ชิตวา มุนินฺโท
ตนฺเตชสา ภวตุ เต ชยมงฺคลานิ.

---

๑. ถ้าสวดมคธ เปลี่ยนเป็น ชยมงฺคลคฺคํ ทุกบท.

๖. สจฺจํ วิหาย มติสจฺจกวาทเกตุํ
วาทาภิโรปิตมนํ อติอนฺธภูตํ
ปญฺญาปทีปชลิโต ชิตวา มุนินฺโท
ตนฺเตชสา ภวตุ เต ชยมงฺคลานิ.

๗. นนฺโทปนนฺทภุชคํ วิพุธํ มหิทฺธึ
ปุตฺเตน เถรภุชเคน ทมาปยนฺโต
อิทฺธูปเทสวิธินา ชิตวา มุนินฺโท
ตนฺเตชสา ภวตุ เต ชยมงฺคลานิ.

๘. ทุคฺคาหทิฏฺฐิภุชเคน สุทฏฺฐหตฺถํ
พฺรหฺมํ วิสุทฺธิชุติมิทฺธิพกาภิธานํ
ญาณาคเทน วิธินา ชิตวา มุนินฺโท
ตนฺเตชสา ภวตุ เต ชยมงฺคลานิ.

๙. เอตาปิ พุทฺธชยมงฺคลอฏฺฐคาถา
โย วาจโน ทินทิเน สรเต มตนฺที
หิตฺวานเนกวิวิธานิ จุปทฺทวานิ
โมกฺขํ สุขํ อธิคเมยฺย นโร สปญฺโญ.

คำแปล พุทธชยมังคลคาถา

๑. พระจอมมุนีได้ทรงชนะพญามารผู้นิรมิตแขนมากตั้งพัน ถืออาวุธครบมือ ขี่คชสารครีเมขละพร้อมด้วยเสนามาร โห่ร้องก้องกึก ด้วยธรรมวิธีมีทานบารมี เป็นต้น

ขอชัยมงคลทั้งหลาย จงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น.

๒. พระจอมมุนีได้ทรงชนะอาฬวกยักษ์ผู้กระด้างปราศจากความอดทน ร้ายกาจ ต่อสู้ทรหดยิ่งกว่ามารจนตลอดรุ่ง ด้วยวิธีทรมานเป็นอันดี คือ พระขันติ

ขอชัยมงคลทั้งหลาย จงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น.

๓. พระจอมมุนีได้ทรงชนะช้างตัวประเสริฐชื่อนาฬาคีรี เป็นช้างเมามันยิ่งนัก แสนที่จะทารุณประดุจไฟป่า และจักราวุธ และสายฟ้า ด้วยวิธีรดลงด้วยน้ำ คือ พระเมตตา

ขอชัยมงคลทั้งหลาย จงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น.

๔. พระจอมมุนีทรงมีพระมนัสมีฤทธิ์อันปรุงแต่งแล้ว ได้ทรงชนะโจรชื่อองคุลิมาล (ผู้มีพวงคือนิ้วมือมนุษย์) แสนร้ายกาจ มีฝีมือ เงื้อดาบวิ่งไล่พระองค์ไปสิ้นทาง ๓ โยชน์

ขอชัยมงคลทั้งหลาย จงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น.

๕. พระจอมมุนีได้ทรงชนะความกล่าวร้ายของนางจิญจมาณวิกา ทำอาการประหนึ่งว่ามีครรภ์ เพราะทำไม้มีสัณฐานอันกลมให้เป็นประดุจมีท้อง ด้วยวิธีสมาธิอันงาม คือความระงับพระหฤทัยในท่ามกลางหมู่ชน

ขอชัยมงคลทั้งหลาย จงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น.

๖. พระจอมมุนีทรงรุ่งเรืองแล้วด้วยประทีป คือปัญญา ได้ทรงชนะสัจจกนิครนถ์ผู้ถือตัวว่าฉลาด เป็นเจ้าคารมผู้มีชื่อเสียง สละเสียซึ่งความสัตย์ มีใจมุ่งจะยกถ้อยคำของตนเป็นผู้มืดมนยิ่งนัก

ขอชัยมงคลทั้งหลาย จงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น.

๗. พระจอมมุนีทรงโปรดให้พระโมคคัลลานเถระ พุทธชิโนรส นิรมิตกายเป็นนาคราช ไปทรมานพญานาคชื่อนันโทปนันทะ ผู้มีความรู้ผิด มีฤทธิมาก ด้วยวิธีใช้ฤทธิ

ขอชัยมงคลทั้งหลาย จงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น.

๘. พระจอมมุนีได้ทรงชนะพรหม ผู้มีนามว่า พกะ ผู้มีฤทธิรุ่งเรืองสว่างไสว มีมืออันงูพิษคือทิฏฐิที่เป็นเหตุถือผิดขบเอาแล้ว ด้วยวิธีวางยาอันพิเศษ คือเทศนาญาณ

ขอชัยมงคลทั้งหลาย จงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น.

๙. นรชนใดมีปัญญา ไม่เกียจคร้าน สวดก็ดี ระลึกก็ดี ซึ่งพระพุทธชัยมงคล ๘ คาถา แม้เหล่านี้ทุก ๆ วัน นรชนนั้นพึงละเสียได้ซึ่งอุปัทวันตรายทั้งหลายเป็นอเนก ถึงซึ่งโมกขะ อันเป็นสุข.

มหาการุณิกชยมังคลคาถา

๑. มหาการุณิโก นาโถ หิตาย สพฺพปาณินํ
ปูเรตฺวา ปารมี สพฺพา ปตฺโต สมฺโพธิมุตฺตมํ
๒. เอเตน สจฺจวชฺเชน โหตุ เต ชยมงฺคลํ
๓. ขยนฺโต โพธิยา มูเล สกฺยานํ นนฺทิวฑฺฒโน
เอวํ ตฺวํ วิชโย โหหิ ชยสฺสุ ชยมงฺคเล
๔. อปราชิตปลฺลงฺเก สีเส ปฐวิโปกฺขเร
อภิเสเก สพฺพพุทฺธานํ อคฺคปฺปตฺโต ปโมทติ
๕. สุนกฺขตฺตํ สุมงฺคลํ สุปภาตํ สุหุฏฺฐิตํ
สุขโณ สุมุหุตฺโต จ สุยิฏฺฐํ พฺรหฺมจาริสุ
๖. ปทกฺขิณํ กายกมฺมํ วาจากมฺมํ ปทกฺขิณํ
ปทกฺขิณํ มโนกมฺมํ ปณิธิ เต ปทกฺขิณา
๗. ปทกฺขิณานิ กตฺวาน ลภนฺตตฺเถ ปทกฺขิเณ.

คำแปล มหาการุณิกชยมังคลคาถา

๑. พระพุทธเจ้าผู้ทรงประกอบด้วยพระมหากรุณา ทรงเป็นที่พึ่งของโลก ทรงบำเพ็ญบารมีทั้งหลายครบบริบูรณ์ เพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่สรรพสัตว์ ถึงแล้วซึ่งความตรัสรู้เองอันอุดม

๒. ด้วยการกล่าวสัจจะนี้ ขอชัยมงคลจงมีแก่ท่าน

๓. พระจอมมุนี ผู้เจริญความยินดี (บุตร) แห่งศากยวงศ์ ทรงชนะที่ควงไม้โพธิ์ ขอท่านจงมีชัยจงชนะในชัยมงคล เหมือนฉะนั้น

๔. พระองค์ถึงความเป็นผู้เลิศ ปราโมทย์อยู่ ณ บัลลังก์อันไม่กลับแพ้ เหนือพื้นปฐพีอันบริสุทธิ์ เป็นยอดธรณีที่อภิเษกของพระพุทธเจ้าทุกพระองค์

๕. ฤกษ์ดี มงคลดี สว่างดี รุ่งดี ขณะดี ครู่ดี ด้วยบูชาดีในพรหมจารีทั้งหลาย

๖. กายกรรมเป็นเบื้องขวา คือชอบธรรม วจีกรรมเป็นเบื้องขวา คือชอบธรรม มโนกรรมเป็นเบื้องขวา คือชอบธรรม ความปรารถนาของท่านเป็นเบื้องขวา คือชอบธรรม

๗. ทำกรรมอันเป็นเบื้องขวา คือชอบธรรม ย่อมได้ประโยชน์ทั้งหลายอันเป็นเบื้องขวา คือชอบธรรม.

วิธีสวดพาหุ ๘ บท ประจำวัน ๘ ทิศ

๘ ทิศ มีดังนี้ บูรพา อาคเนย์ ทักษิณ หรดี ปัจฉิม พายัพ อุดร อีสาน

วิธีสวดมีดังนี้

วันจันทร์ บทที่ ๑ สำหรับทิศบูรพา
บทที่ ๒ สำหรับทิศอาคเนย์
บทที่ ๓ สำหรับทิศทักษิณ
บทที่ ๔ สำหรับทิศหรดี
บทที่ ๕ สำหรับทิศปัจฉิม
บทที่ ๖ สำหรับทิศพายัพ
บทที่ ๗ สำหรับทิศอุดร
บทที่ ๘ สำหรับทิศอีสาน

วันอังคาร บทที่ ๑ สำหรับทิศอาคเนย์
บทที่ ๒ สำหรับทิศทักษิณ
บทที่ ๓ สำหรับทิศหรดี
บทที่ ๔ สำหรับทิศปัจฉิม
บทที่ ๕ สำหรับทิศพายัพ
บทที่ ๖ สำหรับทิศอุดร
บทที่ ๗ สำหรับทิศอีสาน
บทที่ ๘ สำหรับทิศบูรพา

วันพุธ บทที่ ๑ สำหรับทิศทักษิณ
(กลางวัน) บทที่ ๒ สำหรับทิศหรดี
บทที่ ๓ สำหรับทิศปัจฉิม
บทที่ ๔ สำหรับทิศพายัพ
บทที่ ๕ สำหรับทิศอุดร

บทที่ ๖ สำหรับทิศอีสาน

บทที่ ๗ สำหรับทิศบูรพา

บทที่ ๘ สำหรับทิศอาคเนย์

วันพุธ บทที่ ๑ สำหรับทิศพายัพ

(กลางคืน) บทที่ ๒ สำหรับทิศอุดร

บทที่ ๓ สำหรับทิศอีสาน

บทที่ ๔ สำหรับทิศบูรพา

บทที่ ๕ สำหรับทิศอาคเนย์

บทที่ ๖ สำหรับทิศทักษิณ

บทที่ ๗ สำหรับทิศหรดี

บทที่ ๘ สำหรับทิศปัจฉิม

วันพฤหัสบดี บทที่ ๑ สำหรับทิศปัจฉิม

บทที่ ๒ สำหรับทิศพายัพ

บทที่ ๓ สำหรับทิศอุดร

บทที่ ๔ สำหรับทิศอีสาน

บทที่ ๕ สำหรับทิศบูรพา

บทที่ ๖ สำหรับทิศอาคเนย์

บทที่ ๗ สำหรับทิศทักษิณ

บทที่ ๘ สำหรับทิศหรดี

วันศุกร์ บทที่ ๑ สำหรับทิศอุดร

บทที่ ๒ สำหรับทิศอีสาน

บทที่ ๓ สำหรับทิศบูรพา

บทที่ ๔ สำหรับทิศอาคเนย์

บทที่ ๕ สำหรับทิศทักษิณ

บทที่ ๖ สำหรับทิศหรดี

บทที่ ๗ สำหรับทิศปัจฉิม

บทที่ ๘ สำหรับทิศพายัพ

วันเสาร์ บทที่ ๑ สำหรับทิศหรดี

บทที่ ๒ สำหรับทิศปัจฉิม

บทที่ ๓ สำหรับทิศพายัพ

บทที่ ๔ สำหรับทิศอุดร

บทที่ ๕ สำหรับทิศอีสาน

บทที่ ๖ สำหรับทิศบูรพา

บทที่ ๗ สำหรับทิศอาคเนย์

บทที่ ๘ สำหรับทิศทักษิณ

วันอาทิตย์ บทที่ ๑ สำหรับทิศอีสาน

บทที่ ๒ สังหรับทิศบูรพา

บทที่ ๓ สำหรับทิศอาคเนย์

บทที่ ๔ สำหรับทิศทักษิณ

บทที่ ๕ สำหรับทิศหรดี

บทที่ ๖ สำหรับทิศปัจฉิม

บทที่ ๗ สำหรับทิศพายัพ

บทที่ ๘ สำหรับทิศอุดร

หมายเหตุ ที่ว่า "บทที่ ๑ สำหรับทิศบูรพา" นั้น หมายความว่า เมื่อสวดบทนี้ ก็ให้ตั้งจิตแผ่ไปในทิศบูรพา เมื่อสวดบทที่ ๒ สำหรับทิศอาคเนย์ ก็ให้ตั้งจิตแผ่ไปในทิศอาคเนย์ เมื่อสวดบทต่อไป ก็ให้ทำดังนี้เรื่อยไปจนจบ.

ชินปญฺชร (ฉบับลังกา)

๑. ชยาสนคตา วีรา เชตฺวา มารํ สวาหินึ
จตุสจฺจามตรสํ เย ปิวึสุ นราสภา
๒. ตณฺหงฺกราทโย พุทฺธา อฏฺฐวีสติ นายกา
สพฺเพ ปติฏฺฐิตา มยฺหํ มตฺถเก เต มุนิสฺสรา
๓. สิเร ปติฏฺฐิตา พุทฺธา ธมฺโม จ มม โลจเน
สงฺโฆ ปติฏฺฐิโต มยฺหํ อุเร สพฺพคุณากโร
๔. หทเย อนุรุทฺโธ จ สาริปุตฺโต จ ทกฺขิเณ
โกณฺฑญฺโญ ปิฏฺฐิภาคสฺมึ โมคฺคลฺลาโนสิ วามเก
๕. ทกฺขิเณ สวเน มยฺหํ อาหุํ อานนฺทราหุลา
กสฺสโป จ มหานาโม อุโภสุํ วามโสตเก
๖. เกสนฺเต ปิฏฺฐิภาคสฺมึ สุริโยว ปภงฺกโร
นิสินฺโน สิริสมฺปนฺโน โสภิโต มุนิปุงฺคโว
๗. กุมารกสฺสโป นาม มเหสึ จิตฺรวาทโก
โส มยฺหํ วทเน นิจฺจํ ปติฏฺฐาติ คุณากโร
๘. ปุณฺโณ องฺคุลิมาโล จ อุปาลึ นนฺทสีวลึ
เถรา ปญฺจ อิเม ชาตา ลลาเฏ ติลกา มม
๙. เสสาสีติ มหาเถรา วิชิตา ชินสาวกา
ชลนฺตา สีลเตเชน องฺคมงฺเคสุ สณฺฐิตา
๑๐. รตนํ ปุรโต อาสิ ทกฺขิเณ เมตฺตสุตฺตกํ
ธชคฺคํ ปจฺฉโต อาสิ วาเม องฺคุลิมาลกํ
๑๑. ขนฺธโมรปริตฺตญฺจ อาฏานาฏิยสุตฺตกํ
อากาสจฺฉทนํ อาสิ เสสา ปาการสณฺฐิตา

๑๒. ชินาณาขลสํยุตฺเต ธมฺมปาการลงฺกเต
วสโต เม จตุกิจฺเจน สทา สมฺพุทฺธปญฺชเร

๑๓. วาตปิตฺตาทิสญฺชาตา พาหิรชฺฌตฺตุปทฺทวา
อเสสา วินยํ ยนฺตุ อนนฺตคุณเตชสา

๑๔. ชินปญฺชรมชฺฌฏฺฐํ วิหรนฺตํ มหีตเล
สทา ปาเลนฺตุ มํ สพฺเพ เต มหาปุริสาสภา

๑๕. อิจฺเจวมจฺจนฺตกโต สุรกฺโข
ชินานุภาเวน ชิตุปปทฺทโว
พุทฺธานุภาเวน หตาริสงฺโฆ
จรามิ สทฺธมฺมนุภาวปาลิโต

๑๖. อิจฺเจวมจฺจนฺตกโต สุรกฺโข
ชินานุภาเวน ชิตุปปทฺทโว
ธมฺมานุภาเวน หตาริสงฺโฆ
จรามิ สทฺธมฺมนุภาวปาลิโต

๑๗. อิจฺเจวมจฺจนฺตกโต สุรกฺโข
ชินานุภาเวน ชิตุปปทฺทโว
สงฺฆานุภาเวน หตาริสงฺโฆ
จรามิ สทฺธมฺมนุภาวปาลิโต

๑๘. สทฺธมฺมปาการปริกฺขิโตสฺมิ
อฏฺฐาริยา อฏฺฐทิสาสุ โหนฺติ
เอตฺถนฺตเร อฏฺฐ นาถา ภวนฺติ
อุทฺธํ วิตานํว ชินา ฐิตา เม

๑๙. ภินฺทนฺโต มารเสนํ มม สิรสิ ฐิโต โพธิมารุยฺห สตฺถา โมคฺคลฺลาโนสิ
วาเม วสติ ภุชตเฏ ทกฺขิเณ สาริปุตฺโต
ธมฺโม มชฺเฌ อุรสฺมึ วิหรติ ภวโต โมกฺขโต โมรโยนึ สมฺปตฺโต
โพธิสตฺโต จรณยุคคโต ภานุ โลเกกนาโถ

๒๐. สพฺพาวมงฺคลมุปทฺทวทุนฺนิมิตฺตํ
สพฺพีติโรคคหโทสมเสสนินฺทา
สพฺพนฺตรายภยทุสฺสุปินํ อกนฺตํ
พุทฺธานุภาวปวเรน ปยาตุ นาสํ
๒๑. สพฺพาวมงฺคลมุปทฺทวทุนฺนิมิตฺตํ
สพฺพีติโรคคหโทสมเสสนินฺทา
สพฺพนฺตรายภยทุสฺสุปินํ อกนฺตํ
ธมฺมานุภาวปวเรน ปยาตุ นาสํ
๒๒. สพฺพาวมงฺคลมุปทฺทวทุนฺนิมิตฺตํ
สพฺพีติโรคคหโทสมเสสนินฺทา
สพฺพนฺตรายภยทุสฺสุปินํ อกนฺตํ
สงฺฆานุภาวปวเรน ปยาตุ นาสํ.

คำแปล คาถาชินบัญชร (ฉบับลังกา)

๑. พระวีรพุทธะทั้งหลายทรงชนะมารพร้อมทั้งเสนาพาหนะ เสด็จสู่พระที่นั่งแห่งชัยชนะแล้ว พระพุทธวีระเหล่าใดเล่าทรงเป็นผู้ประเสริฐแห่งนรชน ทรงดื่มอมตรสแห่งสัจจะทั้งสี่แล้ว.

๒. พระพุทธะทั้งหลาย ๒๘ พระองค์ มีพระตัณหังกรเป็นต้น ทรงเป็นพระนายกผู้นำโลก พระมุเนศวรจอมมุนีทุกพระองค์นั้นทรงสถิตประทับบนกระหม่อมแห่งข้าพระเจ้า.

๓. พระพุทธะทั้งหลายทรงสถิตประทับบนเศียรเกล้า พระธรรมสถิตประทับที่ดวงตาของข้าพระเจ้า พระสงฆ์ผู้เป็นบ่อเกิดแห่งคุณทั้งปวงสถิตประทับที่อุระของข้าพระเจ้า.

๔. พระอนุรุทธะประทับที่หทัย พระสารีบุตรประทับที่เบื้องขวา พระโกณฑัญญะประทับที่เบื้องหลังพระโมคคัลลานะประทับที่เบื้องซ้าย.

๕. พระอานนท์และพระราหุลประทับที่หูเบื้องขวาของข้าพเจ้า พระกัสสปะและพระมหานามทั้งสองประทับที่หูเบื้องซ้าย.

๖. พระโสภิตผู้เป็นมุนีที่แกล้วกล้า ถึงพร้อมด้วยสิริ เหมือนอย่างดวงอาทิตย์ส่องแสงสว่าง ประทับที่สุดผมส่วนเบื้องหลัง.

๗. พระผู้แสวงหาคุณอันใหญ่ ผู้มีวาทะอันวิจิตรชื่อพระกุมารกัสสป ผู้เป็นบ่อเกิดแห่งคุณนั้น ประทับที่ปากของข้าพระเจ้าเป็นนิตย์

๘. พระเถระห้าพระองค์เหล่านั้น คือ พระปุณณะ พระอังคุลิมาล พระอุบาลี พระนันทะ พระสีวลี เกิดเหมือนอย่างดิลก (รอยเจิม) ที่หน้าผากของข้าพเจ้า.

๙. พระมหาเถระทั้งหลาย ๘๐ ที่เหลือจากนี้ ผู้ชนะผู้เป็นสาวกของพระพุทธะผู้ทรงชนะ รุ่งเรืองอยู่ด้วยเดชแห่งศีล สถิตอยู่ที่อังคาพยพทั้งหลาย.

๑๐. พระรตนสูตรประจุอยู่เบื้องหน้า พระเมตตสูตรประจุอยู่เบื้องขวา พระธชัคคสูตรประจุอยู่เบื้องหลังพระอังคุลิมาลสูตรประจุอยู่เบื้องซ้าย.

๑๑. พระขันธปริตร พระโมรปริตร และพระอาฏานาฏิยสูตร เป็นเหมือนอย่างฟ้าครอบ พระสูตรปริตรทั้งหลายที่เหลือกำหนดหมายเป็นปราการ.

๑๒. เมื่อข้าพระเจ้าอาศัยอยู่ด้วยกิจทั้ง ๔ อย่าง ในบัญชรแห่งพระสัมพุทธะ ประกอบด้วยลานเขตแห่งอาณาอำนาจแห่งพระพุทธะผู้ทรงชนะ ประดับด้วยปราการคือพระธรรมทุกเมื่อ.

๑๓, ขออุปัทวะทั้งภายนอกทั้งภายในทั้งหลาย ที่เกิดจากลมและน้ำดีเป็นต้น จงถึงความสิ้นไป ไม่มีเหลือ ด้วยเดชแห่งพระชินะผู้มีคุณอันไม่มีที่สุด.

๑๔. ขอพระมหาบุรุษผู้เลิศกล้าทั้งหลายทั้งปวงนั้น โปรดอภิบาลข้าพระเจ้าผู้สถิตในท่ามกลางแห่งพระชินบัญชรอยู่บนพื้นแผ่นดิน.

๑๕. ข้าพระเจ้าผู้มีการรักษาดีโดยทำให้ครบถ้วนทุกทางอย่างนี้ ด้วยประการฉะนี้ ขอจงชนะอุปัทวันตรายด้วยอานุภาพแห่งพระชินะ ทำลายหมู่แห่งข้าศึก (คือกิเลส) ด้วยอานุภาพแห่งพระพุทธะ อันอานุภาพแห่งพระสัทธรรมอภิบาล ประพฤติอยู่.

๑๖. ข้าพระเจ้าผู้มีการรักษาดีโดยทำให้ครบถ้วนทุกทางอย่างนี้ ด้วยประการฉะนี้ ขอจงชนะอุปัทวันตรายด้วยอานุภาพแห่งพระชินะ ทำลายหมู่แห่งข้าศึก (คือกิเลส) ด้วยอานุภาพแห่งพระธรรม อันอานุภาพแห่งพระสัทธรรมอภิบาล ประพฤติอยู่.

๑๗. ข้าพเจ้ามีการรักษาดีโดยทำให้ครบถ้วนทุกทางอย่างนี้ ด้วยประการฉะนี้ ขอจงชนะอุปัทวันตรายด้วยอานุภาพแห่งพระชินะ ทำลายหมู่แห่งข้าศึก (คือกิเลส) ด้วยอานุภาพแห่งพระสงฆ์ อันอานุภาพแห่งพระสัทธรรมอภิบาล ประพฤติอยู่.

๑๘. ข้าพระเจ้าผู้อันปราการคือพระสัทธรรมแวดล้อม พระอริยะทั้งหลายแปดประทับอยู่ในทิศทั้งแปด พระนาถะคือที่พึ่งทั้งหลายแปดประทับอยู่ในระหว่างนี้ พระชินะทั้งหลายสถิตประทับเหมือนอย่างเพดานเบื้องบนข้าพระเจ้า.

๑๙. พระศาสดาเสด็จขึ้นสู่โพธิ ทรงทำลายมารและเสนามาร ทรงสถิตประทับบนเศียรเกล้าของข้าพระเจ้า พระโมคคัลลานะประทับบนบ่าเบื้องซ้าย พระสารีบุตรประทับบนบ่าเบื้องขวา พระธรรมประจุอยู่ที่อุระในท่ามกลาง พระโพธิสัตว์ผู้ถึงกำเนิดนกยูง ส่องสว่าง เป็นพระนาถะเอกแห่งโลก ไปกับด้วยจรณะคือ เท้าทั้งคู่ เพื่อพ้นจากภพ.

๒๐. ขอปวงอวมงคล อุปัทวะ นิมิตร้าย จัญไร โรค เคราะห์ โทษ นินทาารสพัด อันตราย ภัย ฝันร้าย ที่ไม่ชอบใจ ทุกประการ จงถึงความสิ้นสูญไปด้วยอานุภาพอันบวรแห่งพระพุทธะ.

๒๑. ขอปวงอวมงคล อุปัทวะ นิมิตร้าย จัญไร โรค เคราะห์ โทษ นินทาสารพัด อันตราย ภัย ฝันร้าย ที่ไม่ชอบใจ ทุกประการ จงถึงความสิ้นสูญไป ด้วยอานุภาพอันบวรแห่งพระธรรม.

๒๒. ขอปวงอวมงคล อุปัทวะ นิมิตร้าย จัญไร โรค เคราะห์ โทษ นินทาสารพัด อันตราย ภัย ฝันร้าย ที่ไม่ชอบใจ ทุกประการ จงถึงความสิ้นสูญไป ด้วยอานุภาพอันบวรแห่งพระสงฆ์ เทอญ.

หมายเหตุ — เมื่อสวดให้แก่ผู้อื่นใช้ เต แทน เม ใช้ ตว แทน มม ใช้ ตุยฺหํ แทน มยฺหํ ใช้ จราหิ แทน จรามิ และคำแปล ใช้ ท่าน แทน ข้าพเจ้า ในที่ทุกแห่ง.

คาถาชินบัญชร

(ฉบับที่ใช้สวดกันในเมืองไทย แต่ปรับปรุงใหม่เฉพาะบางแห่งตามฉบับลังกา)

๑. ชยาสนคตา พุทฺธา เชตฺวา มารํ สวาหินึ
จตุสจฺจามตรสํ เย ปิวึสุ นราสภา
๒ ตณฺหงฺกราทโย พุทฺธา อฏฺฐวีสติ นายกา
สพฺเพ ปติฏฺฐิตา มยฺหํ มตฺถเก เต มุนิสฺสรา
๓. สิเร ปติฏฺฐิโต พุทฺโธ ธมฺโม จ มม โลจเน
สงฺโฆ ปติฏฺฐิโต มยฺหํ อุเร สพฺพคุณากโร
๔. หทเย เม อนุรุทฺโธ สารีปุตฺโต จ ทกฺขิเณ
โกณฺฑญฺโญ ปิฏฺฐิภาคสฺมึ โมคฺคลฺลาโนสิ วามเก
๕. ทกฺขิเณ สวเน มยฺหํ อาสุํ อานนฺทราหุลา
กสฺสโป จ มหานาโม อุโภสุํ วามโสตเก
๖. เกสนฺเต ปิฏฺฐิภาคสฺมึ สุริโยว ปภงฺกโร
นิสินฺโน สิริสมฺปนฺโน โสภิโต มุนิปุงฺคโว
๗. กุมารกสฺสโป เถโร มเหสี จิตฺตวาทโก
โส มยฺหํ วทเน นิจฺจํ ปติฏฺฐาติ คุณากโร
๘. ปุณฺโณ องฺคุลิมาโล จ อุปาลี นนฺทสีวลี
เถรา ปญฺจ อิเม ชาตา นลาเฏ ติลกา มม
๙. เสสาสีติ มหาเถรา วิชิตา ชินสาวกา
ชลนฺตา สีลเตเชน องฺคมงฺเคสุ สณฺฐิตา
๑๐. รตนํ ปุรโต อาสิ ทกฺขิเณ เมตฺตสุตฺตกํ
ธชคฺคํ ปจฺฉโต อาสิ วาเม องฺคุลิมาลกํ
๑๑. ขนฺธโมรปริตฺตญฺจ อาฏานาฏิยสุตฺตกํ
อากาสจฺฉทนํ อาสิ เสสา ปาการสณฺฐิตา

๑๒. ชินาณาขลสํยุตฺเต	ธมฺมปาการลงฺกเต
วสโต เม จตฺกิจฺเจน	สทา สมฺพุทฺธปญฺชเร
๑๓. วาตปิตฺตาทิสญฺชาตา	พาหิรชฺฌตฺตุปทฺทวา
อเสสา วินยํ ยนฺตุ	อนนฺตชินเตชสา
๑๔. ชินปญฺชรมชฺฌฏฺฐํ	วิหรนฺตํ มหีตเล
สทา ปาเลนฺตุ มํ	สพฺเพ เต มหาปุริสสภา
อิจฺเจวมจฺจนฺตกโต สุรกฺโข	ชินานุภาเวน ชิตุปทฺทโว
ธมฺมานุภาเวน ชิตาริสงฺโค	สงฺฆานุภาเวน ชิตนฺตราโย
สทฺธมฺมานุภาวปาลิโต	จรามิ ชินปญฺชเร.

คำแปล คาถาชินบัญชร ฉบับไทย

(แต่ปรับปรุงใหม่เฉพาะบางแห่งตามฉบับลังกา)

๑. พระพุทธะทั้งหลายทรงชนะมารพร้อมทั้งเสนาพาหนะ เสด็จสู่พระที่นั่งแห่งชัยชนะแล้ว พระพุทธะเหล่าใดเล่าทรงเป็นผู้ประเสริฐแห่งนรชน ทรงดื่มอมตรสแห่งสัจจะทั้งสี่แล้ว.

๒. พระพุทธะทั้งหลาย ๒๘ พระองค์ มีพระตัณหังกรเป็นต้น ทรงเป็นพระนายกผู้นำโลก พระมุเนศวรจอมมุนีทุกพระองค์นั้นทรงสถิตประทับบนกระหม่อมแห่งข้าพระเจ้า.

๓. พระพุทธเจ้าทรงสถิตประทับบนศีรษะ พระธรรมสถิตประทับที่ดวงตาของ-ข้าพระเจ้า พระสงฆ์ผู้เป็นบ่อเกิดแห่งคุณทั้งปวงสถิตประทับที่อุระของข้าพระเจ้า.

๔. พระอนุรุทธประทับที่หทัยของข้าพระเจ้า พระสารีบุตรประทับที่เบื้องขวา พระโกณฑัญญะประทับที่เบื้องหลัง พระโมคัลลานะประทับที่เบื้องซ้าย.

๕. พระอานนท์และพระราหุลประทับที่หูเบื้องขวาของข้าพระเจ้า พระกัสสปะและพระมหานามทั้งสองประทับที่หูเบื้องซ้าย.

๖. พระโสภิตผู้เป็นมุนีแกล้วกล้า ถึงพร้อมด้วยสิริ เหมือนอย่างดวงอาทิตย์ส่องแสงสว่าง ประทับที่สุดผมส่วนเบื้องหลัง.

๗. พระเถระผู้แสวงหาคุณอันใหญ่ ผู้มีวาทะอันวิจิตร ชื่อพระกุมารกัสสป ผู้เป็นบ่อเกิดแห่งคุณนั้นประทับที่ปากของข้าพระเจ้าเป็นนิตย์

๘. พระเถระห้าพระองค์เหล่านี้ คือ พระปุณณะ พระอังคุลิมาล พระอุบาลี พระนันทะ พระสีวลี เกิดเหมือนอย่างดิลก (รอยเจิม) ที่หน้าผากของข้าพระเจ้า.

๙. พระมหาเถระทั้งหลาย ๘๐ ที่เหลือจากนี้ ผู้ชนะ ผู้เป็นสาวกของพระพุทธะผู้ทรงชนะ รุ่งเรืองอยู่ด้วยเดชแห่งศีล สถิตอยู่ที่องคาพยพทั้งหลาย.

๑๐. พระรตนสูตรประจุอยู่เบื้องหน้า พระเมตตสูตรประจุอยู่เบื้องขวา พระธชัคคสูตรประจุอยู่เบื้องหลัง พระอังคุลิมาลสูตรประจุอยู่เบื้องซ้าย.

๑๑. พระขันธปริตร พระโมรปริตร และพระอาฏานาฏิยสูตร เป็นเหมือนอย่างฟ้าครอบ พระสูตรปริตรทั้งหลายที่เหลือกำหนดหมายเป็นปราการ.

๑๒. เมื่อข้าพระเจ้าอาศัยอยู่ด้วยกิจทั้ง ๔ อย่าง ในบัญชรแห่งพระสัมพุทธะประกอบด้วยลานเขตแห่งอาณาอำนาจแห่งพระพุทธะผู้ทรงชนะ ประดับด้วยประการคือพระธรรมทุกเมื่อ.

๑๓. ขออุปัทวะ (เครื่องขัดข้อง) ทั้งภายนอกทั้งภายในทั้งหลาย ที่เกิดจากลมและน้ำดีเป็นต้น จงถึงความสิ้นไป ไม่มีเหลือ ด้วยเดชแห่งพระชินะผู้ไม่มีที่สุด.

๑๔. ขอพระมหาบุรุษผู้เลิศกล้าทั้งหลายทั้งปวงนั้นโปรดอภิบาลข้าพระเจ้าผู้สถิตในท่ามกลางแห่งพระชินบัญชรอยู่บนพื้นแผ่นดิน.

ข้าพเจ้ามีความรักษาดี โดยทำให้ครบถ้วนทุกทางอย่างนี้ ด้วยประการฉะนี้ ขอจงชนะอุปัทวะด้วยอานุภาพพระพุทธะผู้ทรงชนะ ชนะข้าศึกขัดข้องด้วยอานุภาพแห่พระธรรม ชนะอันตรายด้วยอานุภาพแห่งพระสงฆ์ อันอานุภาพแห่งพระสัทธรรมอภิบาล ประพฤติอยู่ในพระชินบัญชรเทอญ.

แสงส่องใจ

สมบัติอื่นทั้งปวงนั้นให้ถึงความพ้นทุกข์ไม่ได้ แต่นิพพานสมบัติ สมบัติคือนิพพาน ให้ถึงความพ้นทุกข์ได้.

นิพพานเป็นที่พึ่งบรรลุสูงสุดในพระพุทธศาสนา.

ปฏิบัติสิ้นกิเลสได้เมื่อใดก็บรรลุนิพพานเมื่อนั้น นิพพานอยู่ตรงที่สิ้นกิเลส.

เมื่อสิ้นกิเลสก็สิ้นกรรม ตรงที่สิ้นกรรมนั้นคือนิพพาน ที่สิ้นเกิด สิ้นแก่ สิ้นตาย.

ทุกคนไม่ควรกลัวกิเลสจะหมด แต่ควรกลัวกิเลสจะเพิ่มขึ้น กิเลสจะมากขึ้นมากกว่า.

ความตั้งปรารถนาเพื่อบรรลุนิพพาน ปฏิบัติธรรมของพระพุทธเจ้า เป็นการตั้งความปรารถนาที่ถูก.

การบ่ายหน้าสู่นิพพานนั้นเท่ากับเป็นการหันหลังให้กิเลส คือหันหลังให้ราคะ โทสะ โมหะ ให้ตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากเป็นต้น.

การบ่ายหน้าไปสู่กิเลส ดำเนินไปตามทางของกิเลส ไปหากิเลส ย่อมจะร้อน ใกล้กิเลสเท่าไรก็ร้อนเท่านั้น แต่ถ้าบ่ายหน้าไปสู่นิพพานก็เป็นการบ่ายหน้าไปสู่ความเย็น หันหลังให้กิเลส และเมื่อดำเนินไปปฏิบัติไปก็จะห่างกิเลสเข้าทุกที ใกล้นิพพานเข้าไปทุกที ก็จะพบความเย็นยิ่งขึ้น.

การปฏิบัติที่หันหลังให้กิเลส แต่บ่ายหน้าไปสู่นิพพานคือความเย็น เป็นไปเพื่อความสงบระงับเพื่อความสุขเพียงส่วนเดียว แม้จะยังอยู่ไกลก็ตาม ก็เป็นการได้มองเห็นแสงของความสงบ ความเย็น ความสุข ยิ่งขึ้นโดยลำดับ.

ธรรมที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ทุกข้อทุกบท ไม่ว่าจะเป็นขั้นศีล หรือว่าขั้นสมาธิ หรือว่าขั้นปัญญา ย่อมมุ่งวิมุตติ คือความหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ หรือนิพพานทั้งนั้น. เมื่อปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ไม่ว่าจะข้อใดชื่อว่าเป็นการปฏิบัติเพื่อวิมุตติ เพื่อนิพพาน คือเพื่อดับกิเลสและกองทุกข์.

ไม่มีธรรมสักข้อหนึ่งที่พระพุทธเจ้าจะตรัสสอนให้เพิ่มกิเลส เพิ่มกองทุกข์ มีแต่ตรัสสอนให้ละกิเลสและกองทุกข์ทั้งนั้น.

ทุกคนอยู่กับโลก อยู่กับทุกข์ อยู่กับกิเลส ย่อมจะควรพิจารณาให้รู้จักว่าโลกเป็นอย่างไร ทุกข์เป็นอย่างไร กิเลสเป็นอย่างไร.

โลกตามศัพท์แปลว่าสิ่งที่ชำรุดทรุดโทรม สิ่งใดชำรุดทรุดโทรม สิ่งนั้นเป็นโลก.

ทุกข์หมายถึงทุกข์ทุกอย่าง ทุกข์ทุกลักษณะที่ดำรงอยู่คงที่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป สิ่งใดที่มีลักษณะตั้งอยู่คงที่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป สิ่งนั้นแหละเรียกว่าเป็นทุกข์.

โลกกับทุกข์มีลักษณะเป็นอย่างเดียวกัน อยู่คงที่ไม่ได้ต้องชำรุดทรุดโทรม ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป.

ที่ที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีโลกที่มีลักษณะต้องชำรุดทรุดโทรม ไม่มีกิเลสด้วยประการทั้งปวง นั่นแหละคือนิพพาน.

จิตนี้เองเป็นสิ่งที่ประสบโลก ประสบทุกข์ เป็นสิ่งที่เป็นที่อาศัยของกิเลสหรือว่ามีกิเลส เพราะฉะนั้นที่ที่มีโลกมีทุกข์มีกิเลส ก็คือจิตนั่นเอง และที่ที่ไม่มีโลกไม่มีทุกข์ไม่มีกิเลสก็ไม่ใช่สิ่งอื่นใด ก็คือจิตนี้เอง จึงมีผู้บรรลุนิพพานได้ คือจิต เช่นเดียวกับผู้ที่บรรลุโลกบรรลุทุกข์บรรลุกิเลสคือมีกิเลสได้ คือจิตนั่นเอง และทุกคนก็มีจิตอยู่ด้วยกัน.

อวิชชา คือความไม่รู้ เป็นต้นเหตุของกิเลสทั้งหมด ส่วนวิชชาคือความรู้นั้น เมื่อบังเกิดขึ้นอวิชชาคือความไม่รู้ก็ดับหายไป เหมือนเมื่อความสว่างบังเกิดขึ้นความมืดก็หายไป เพราะฉะนั้นกิเลสทั้งปวงจึงดับ โลภ โกรธ หลง หรือ โลภะ โทสะ โมหะดับ ตัณหาดับ นี่แหละคือนิพพาน.

เมื่อจิตมีกิเลส จิตก็สามารถทำให้กิเลสสิ้นไปได้ เมื่อจิตอยู่กับทุกข์ จิตก็สามารถทำให้ทุกข์สิ้นไปได้ เมื่อจิตเกี่ยวข้องอยู่กับโลก จิตก็สามารถให้บรรลุถึงโลกุตตระ คือพ้นโลกได้.

พระพุทธองค์ทรงแสดงปฏิปทาให้บรรลุถึงนิพพาน และได้มีบริษัทแห่งพุทธสาวกปฏิบัติแล้วบรรลุถึงนิพพานจำนวนมาก ฉะนั้นแม้ว่าจะยังไม่ได้ไม่ถึง แมเมื่อตั้งอธิษฐานจิตไว้ และยังปฏิบัติธรรม ก็ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติตรงต่อธรรมเป็นที่พ้นกิเลสและกองทุกข์ คือนิพพานอันเป็นธรรมสูงสุดในพุทธศาสนา.

ท่านที่บรรลุนิพพานนั้นก่อนที่จะบรรลุก็ต้องอธิษฐานจิตเพื่อที่จะบรรลุทั้งนั้น แปลว่ามีอนุสสติคือความระลึกถึงนิพพานเป็นเบื้องหน้า เมื่อเป็นดั่งนี้ก็มีการน้อมนำให้ปฏิบัติ.

การปฏิบัติธรรมนั้นโดยตรงเพื่อขัดเกลากิเลสในจิต และจิตอันนี้สามารถปฏิบัติขัดเกลากิเลสออกได้ เพราะว่าจิตเป็นธรรมชาติปภัสสรคือผุดผ่อง.

สมเด็จพระบรมศาสดาผู้ตรัสรู้พระธรรมได้ทรงพิจารณาเห็นว่า อันความสุขทางกายที่เข้าใจว่าเป็นความสุขสมบูรณ์นั้น ความจริงเป็นความเข้าใจผิด เพราะว่าร่างกายนี้มีทุกข์อยู่เสมอแต่อาศัยการเลี้ยงดูอุปการะอยู่ ทุกข์ที่เกิดขึ้นจึงหายไป หรือว่าไม่ปรากฏ.

กิเลสคือตัณหาหรือราคะโทสะโมหะย่อมเป็นเครื่องปรุงจิตใจให้คิดไปในทางก่อความร้อนน้อยหรือมากเหมือนอย่างไฟ ถ้าเป็นกองเล็กก็ร้อนน้อย กองโตก็ร้อนมาก เพราะฉะนั้นการปฏิบัติเพื่อดับเสียได้จึงทำให้มีความสุข ทำให้มีความสบาย.

ความดับกิเลสได้ไม่ได้หมายความว่าจะเป็นการทำให้อยู่เฉย ๆ ไม่เอาเรื่องไม่เอาราวอะไร ไม่ใส่ใจถึงอะไรไม่ได้หมายถึงอย่างนั้น เมื่อมีเรื่องที่ชวนคิดอันเป็นทางของปัญญา หรือที่เป็นทางให้เกิดสมาธิ ก็คิดก็ปรุงให้เหมาะแก่เรื่อง เหมาะแก่กาลเวลา ในเวลาที่ควรจะพักก็พักเรื่องเล็กก็ปรุงให้เล็ก เรื่องโตก็ปรุงให้โต ตามควรแก่ขนาดของเรื่อง เพื่อที่จะให้บังเกิดผลอันถูกต้องย่อมเป็นสิ่งที่ควรกระทำ เพราะเหตุว่าไม่ใช่เป็นการกระทำไปด้วยอำนาจของตัณหาหรือราคะโทสะโมหะ.

นิพพานนั้นทิ้งไม่ได้ ถ้าทิ้งนิพพานเสียเมื่อใด ก็ถึงพระพุทธเจ้าพระธรรมพระสงฆ์เป็นสรณะไม่ได้ ปฏิบัติให้ถูกให้ตรงต่อพระพุทธศาสนาไม่ได้.

เมื่อมีนิพพานเป็นที่มุ่งหมาย เข้าใจในนิพพานโดยถูกต้อง ก็เป็นอันได้เข้าใจพระพุทธศาสนา จะถึงพระพุทธเจ้าพระธรรมพระสงฆ์ก็ถึงได้ จะปฏิบัติแม้ในเบื้องต้นเบื้องต่ำทั้งที่ยังมีกิเลสอยู่นี้ ก็ปฏิบัติให้พบกับความดับกิเลสทำจิตใจของตนให้เป็นสุขได้ ให้พบกับสุจริตธรรม ให้พบกับความบริสุทธิ์ได้.

ธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งปวงเป็นพรทั้งหมดเพราะเป็นคำแนะนำสั่งสอนให้ละความชั่ว ให้ประพฤติความดี ตลอดจนถึงให้ชำระจิตของตนให้บริสุทธิ์ผ่องใส.

ข้อใดที่ไม่จริงไม่แท้ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ พระตถาคตไม่ตรัสข้อนั้น ข้อใดแม้จะจริงจะแท้แต่ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ พระตถาคตไม่ตรัสข้อนั้น ส่วนข้อใดเป็นของจริงของแท้และประกอบด้วยประโยชน์พระตถาคตทรงเป็นผู้รู้กาลเวลาเพื่อที่จะตรัสข้อนั้น.

พระตถาคตทรงเป็นผู้กล่าวถูกกาลเวลา ทรงเป็นผู้กล่าวความจริงของจริง ทรงเป็นผู้กล่าวของแท้ของที่เป็นจริงแล้ว ทรงเป็นผู้กล่าวสิ่งที่เป็นประโยชน์ ทรงเป็นผู้กล่าวสิ่งที่เป็นธรรม ทรงเป็นผู้กล่าวเป็นวินัยในธรรมทั้งหลาย ทั้งที่เป็นอดีต ทั้งที่เป็นอนาคต ทั้งที่เป็นปัจจุบัน เพราะเหตุนั้นจึงเรียกว่าตถาคตดังนี้.

ความตั้งจิตไว้ในทางที่ถูกนั้นเป็นสิ่งสำคัญมาก.

กุศลธรรมทั้งสิ้นนั้นย่อมรวมอยู่ในความไม่ประมาทเหมือนอย่างรอยเท้าสัตว์ทั้งสิ้นประมวลลงในรอยเท้าช้าง.

อันรอยเท้าช้างนั้นกล่าวได้ว่าเป็นยอด คือใหญ่กว่ารอยเท้าของสัตว์ทั้งหลายฉันใด ความไม่ประมาทก็ถือกันว่าเป็นยอดของกุศลธรรมทั้งสิ้นฉันนั้น.

ความไม่ประมาทเป็นธรรมสำคัญที่ทุกคนพึงอบรมให้มีขึ้นในจิตของตนเอง คือความที่ไม่มัวเมาเลินเล่อเผลอเพลิน มีสติรักษาตนรักษาจิตใจของตนอยู่เสมอ เพราะว่าเครื่องมัวเมาทั้งหลายนั้นย่อมมีอยู่เป็นอันมาก เป็นวัยก็มี เป็นความไม่มีโรคก็มี เป็นชีวิตก็มี เป็นสมบัติ

ก็มี.

การหมั่นพิจารณาตนเองว่าเราจะต้องแก่ต้องเจ็บต้องตายต้องพลัดพราก ไม่ลืมแก่ไม่ลืมเจ็บ ไม่ลืมตายไม่ลืมความพลัดพราก ดังนี้เรียกว่ามีสติรักษาใจรักษาตน.

จิตใจเป็นความสำคัญในทางที่เป็นหัวหน้าของกรรม คือการงานทั้งหลาย และเป็นผู้ที่รับเสวยผลทุกข์สุขทั้งหลายโดยเป็นต้นเดิม เพราะฉะนั้นจึงมีคำกล่าวว่าจิตใจเปรียบเหมือนนาย ร่างกายเปรียบเหมือนบ่าว จิตใจเป็นผู้สั่งร่างกายให้ทำไปอย่างนั้นอย่างนี้ จึงเปรียบเหมือนนาย ร่างกายก็กระทำไปตามที่จิตใจสั่ง จึงเปรียบเหมือนบ่าว เพราะฉะนั้นทางพระพุทธ-ศาสนาจึงมุ่งให้ปฏิบัติอบรมจิตใจฝึกจิตใจเป็นการสำคัญ เมื่ออบรมจิตใจฝึกจิตใจได้แล้ว ก็ย่อมจะปกครองตนเองได้เป็นอย่างดี.

ถ้าตั้งจิตใจไว้ในที่ชั่วที่ร้อนก็ทำให้เกิดความชั่วความร้อน ถ้าตั้งจิตใจในที่ตั้งที่ดีที่เย็นก็ทำให้จิตใจดีจิตใจเย็น เมื่อมีเจตนาไปในทางร้อน กรรมที่ประกอบออกไปก็เป็นกรรมที่เร่าร้อน เป็นเครื่องเผาตนเองและเป็นเครื่องเผาผู้อื่นให้เดือดร้อน.

ทางพระพุทธศาสนาท่านสอนให้อบรมสติที่มีลักษณะเป็นความจำ จำการที่ทำคำที่พูดแม้นานได้ โดยให้หัดระลึกนึกถึงการที่ทำคำที่พูดแม้นานได้ โดยให้หัดระลึกนึกถึงการที่ทำคำที่พูดในวันหนึ่ง ๆ ในเวลาใดเวลาหนึ่ง ว่าได้ทำอะไรได้พูดอะไร และก็ให้นึกจนถึงว่าผิดถูกชั่วหรือดีอย่างไรด้วย แม้ว่าจะนึกทั้งหมดไม่ได้ก็นึกในส่วนใดส่วนหนึ่งที่ควรจะนึกระลึกถึง และก็ให้ทำความรู้สำนึกในการที่กระทำในคำที่พูดนั้น ๆ ว่าอะไร อย่างไร ผิดชอบชั่วดีอย่างไรไว้อยู่เสมอ ดังนี้ จะทำให้เกิดสติที่เป็นตัวความจำคือความระลึกได้ด้วย ให้เกิดสติที่เป็นตัวสำนึกในผิดชอบชั่วดีด้วย การหัดดังนี้จะทำให้เกิดสติที่เป็นตัวความจำคือความระลึกได้ด้วย ให้เกิดสติที่เป็นตัวสำนึกในผิดชอบชั่วดีด้วย การหัดดังนี้จะทำให้จำได้ในเรื่องทั้งหลายที่ควรจำในอดีต เมื่อนึกขึ้นมาก็นึกได้ทันที และจะทำให้มีความสำนึกผิดชอบชั่วดีอันจะทำให้เกิดสติอีกลักษณะหนึ่ง เป็นเครื่องยับยั้งเป็นเครื่องห้ามจากความชั่ว เป็นเครื่องส่งเสริมในทางดี.

ความดำรงอยู่หรือความสิ้นชีวิตนั้นอยู่เพียงหายใจเข้าหายใจออกนี้เอง ตั้งสติกำหนดลงไปให้เห็นธรรมดาคือเกิดดับ ว่าเกิดดับอยู่ชั่วระยะที่หายใจเข้าออกอยู่นี้เท่านั้น เมื่อกำหนดดังนี้ก็จะได้สติในลมหายใจเข้าออกว่าลมหายใจเข้าออกมีอยู่ สติที่กำหนดให้พบลมหายใจให้ได้ลม

หายใจเข้าออกว่ามีอยู่ แต่ก็มีอยู่เพื่อสำหรับตั้งสติกำหนดสำหรับเพื่อรู้ไม่ยึดมั่นอะไร ๆ ในโลก.

จิตใจที่ขึ้นลงอยู่ด้วยการได้การเสีย ด้วยความยินดียินร้ายอย่างเบาบ้าง อย่างปานกลางบ้าง อย่างหนักบ้าง เป็นจิตใจที่ไม่สงบ แต่คนโดยมากนั้นมักจะเห็นว่าไม่สงบในเมื่อพบกับภาวะที่รุนแรง แต่ภาวะที่เป็นธรรมดามักจะมองไม่เห็นว่าไม่สงบ และโดยทั่วไปก็มักจะมองไม่เห็นว่าอันความเพลิดเพลินยินดีรวมถึงสิ่งที่น่าเพลิดเพลินยินดีอันนำให้เกิดความเพลิดเพลินยินดีนั้น อันที่จริงก็เป็นความไม่สงบอย่างหนึ่งด้วย แต่กลับเข้าใจว่าเป็นความสงบเป็นความสุขก็ยินดีพอใจอยู่เพียงเท่านั้น ครั้นไปพบสิ่งที่น่ายินร้ายมีความยินร้ายขึ้นจึงรู้สึกว่าเป็นทุกข์ไม่สงบ แต่ถ้าพิจารณาดูให้ดีก็จะเห็นว่าไม่สงบทั้งสองอย่าง เพราะมีอาการที่เป็นความขึ้นลงน้อยหรือมาก และจะเลือกเอาอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ ต้องการได้โดยไม่ให้เสียก็ไม่ได้ เมื่อต้องการจะได้ก็ต้องพร้อมที่จะเสีย เพราะการเสียนั้นก็ย่อมมีเป็นธรรมดา ผู้ที่ไม่ได้ปฏิบัติทางจิตใจนึกแต่ว่าต้องได้ และสิ่งที่จะได้นั้นคิดว่าจะต้องอยู่ต้องเป็นไปตามที่ปรารถนาต้องการ ครั้นไปพบกับความไม่สมปรารถนา ไปพบกับการเสียเข้า จึงต้องเป็นทุกข์มาก วุ่นวายมาก ไม่สามารถที่จะระงับจิตใจมาก.

อันความหลงทั้งหลายนั้น ความหลงในตนย่อมเป็นความหลงอันสำคัญที่สุด.

อวิชชา โมหะ ความหลงผิด รวมอยู่ในความหลงตนทั้งสิ้น.

ความหลงตนตั้งต้นแต่ความหลงยึดถือทั้งหลายอันเป็นความยึดถือที่ผิดด้วยอำนาจของความโลภโกรธหลงทั้งหลายทั่วไป อันเป็นเหตุให้บังเกิดอคติคือความลำเอียงไปด้วยอำนาจของความรักความพอใจบ้าง ด้วยอำนาจของความชังความโกรธแค้นขัดเคืองบ้าง ด้วยอำนาจของความหลงบ้าง ด้วยอำนาจของความกลัวบ้าง ความเดือดร้อนทั้งหลายย่อมเกิดจากความหลงที่ถือเอาผิดดั่งนี้.

หลักกรรมของพระพุทธเจ้ามีว่า กรรมที่บุคคลทำย่อมเป็นของผู้ทำนั้นเอง คือกระทำความชั่วความชั่วก็เป็นของผู้ทำ กระทำความดีความดีก็เป็นของผู้ทำ พิจารณาให้เห็นจริงตามคำสั่ง

สอนของพระพุทธเจ้าแล้วไม่รับเอากรรมของเขามาเป็นของตนหรือมาเกี่ยวเนื่องกับตน ก็ย่อมจะวางความชอบหรือความชังเพราะเหตุที่เขากระทำดีหรือไม่ดีนั้น ๆ ได้.

เมื่อมีความอยากในสิ่งอันใด ยึดในสิ่งอันใด ความอยากความยึดในสิ่งเหล่านั้นก็เป็นตัณหาอุปาทานทั้งนั้น เป็นการสร้างทุกข์ให้ต่าง ๆ ไม่อาจที่จะพ้นจากความทุกข์ได้ ไม่อาจที่จะพ้นจากชาติทุกข์ ชราทุกข์ และมรณทุกข์ได้ด้วย.

คิดถึงสิ่งอันใด กำหนดหมายถึงสิ่งอันใด เห็นสิ่งอันใด สัจจะคือความจริงในสิ่งอันนั้นปรากฏขึ้น ว่านี้ไม่เที่ยง นี้เป็นทุกข์ นี้เป็นอนัตตา นี้เป็นของไม่งาม ตัณหาก็ไม่บังเกิดขึ้นในสิ่งอันนั้น อุปาทานคือความยึดถือก็ไม่บังเกิดในสิ่งอันนั้น ความปล่อยวางบังเกิดขึ้น เป็นตัวปัญญาและความสงบ.

ความเมาทางใจเป็นสิ่งสำคัญมาก เมื่อมัวมึนเมาเลินเล่อเผลอเพลินอยู่แล้วย่อมขาดสติ ขาดปัญญา ตกอยู่ในความเป็นผู้ประมาทอาจที่จะประกอบกรรมที่ชั่วที่ผิดต่าง ๆ ได้ ทางพระพุทธศาสนาจึงได้ตรัสสอนให้ปฏิบัติเพื่อความสงบความเมาทางใจนี้ เป็นต้นว่าตรัสสอนให้พิจารณาเนือง ๆ ว่าเรามีความแก่เป็นธรรมดาไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้ เพื่อเป็นเครื่องสงบความเมาในวัยตรัสสอนให้พิจารณาเนือง ๆ ว่าเราจะต้องมีพยาธิคือความเจ็บไข้เป็นธรรมดาไม่ล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปได้ เป็นเครื่องสงบความเมาในความไม่มีโรค ตรัสสอนให้พิจารณาเนือง ๆ ว่าเรามีความตายเป็นธรรมดาไม่ล่วงพ้นความตายไปได้ เป็นเครื่องสงบความเมาในชีวิต ตรัสสอนให้พิจารณาเนือง ๆ ว่าเราจะต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจทั้งสิ้น เป็นเครื่องสงบความเมาในลาภยศสรรเสริญสุขอันเป็นสมบัติคือความพรั่งพร้อมทั้งหลาย.

ความสงบมีส่วนเหตุและส่วนผล ความสงบที่เป็นส่วนเหตุได้แก่ความสงบสิ่งที่ทำให้เกิดความไม่สงบทั้งหลาย ความสงบที่เป็นส่วนผลก็ได้แก่ตัวความสงบจริง ๆ อันมีลักษณะเป็นความเรียบร้อย เป็นความเยือกเย็นเป็นสุข.

ความสงบความประพฤติที่เป็นภัยเป็นเวรทั้งหลายย่อมมีได้ด้วยศีล ความสงบนิวรณ์คือเครื่องกลุ้มกลัดที่บังเกิดขึ้นในจิตใจอันทำให้จิตใจฟุ้งซ่านเร่าร้อนย่อมมีได้ด้วยสมาธิ และความสงบ

ดิ้นรนปรารถนาของใจและความยึดถือทั้งหลาย หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งว่าสงบ ความรู้ความเห็นที่ผิดหรือว่าทิฐิมานะอันมีอยู่อย่างลึกซึ้งในจิตใจย่อมมีได้ด้วยปัญญา และความความสงบที่เป็นส่วนผลก็ได้แก่ความหลุดพ้นของใจ ตั้งต้นแต่พ้นจากภัยเวร จากเรื่องกลุ้มใจทั้งหลายตลอดจนถึงจากทิฐิมานะหรือความรู้ผิดเห็นผิด.

ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงล้วนแต่เป็นเครื่องสำรอกของใจทั้งนั้น ไม่ว่าจะเป็นธรรมข้อไหนทั้งที่เป็นส่วนศีล ทั้งที่เป็นส่วนสมาธิ และทั้งที่เป็นส่วนปัญญา.

การที่จะเอาชนะกันด้วยการผูกเวรนั้นก่อความทุกข์ไม่มีที่สิ้นสุด.

ปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า คือดับตัณหาในใจของตนลงไปเสีย ดับกรรมคือการกระทำ ซึ่งเป็นการเบียดเบียนซึ่งกันและกันอันเป็นการก่อภัยก่อเวร รู้จักให้อภัยไม่ผูกเวรกัน ดังนี้แล้วก็ดับทุกข์ได้ดับร้อนได้.

ความตรัสรู้ของพระพุทธเจ้านั้นเป็นเครื่องกำจัดกิเลสและกองทุกข์ทั้งสิ้นในพระองค์เอง.

คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเป็นอมตะ คือเป็นสิ่งไม่ตายตลอดเวลาที่ยังมีโลก โดยเฉพาะสัตวโลก เราทั้งหลายก็นับอยู่ในสัตวโลก คำสั่งสอนของพระองค์ก็ยังดำรงอยู่เป็นสัจจะ ชี้บอกให้เราทั้งหลายได้รู้จักสัจจะที่เป็นความจริงของจริงของแท้ในตนเอง.

อริยสัจทั้ง ๔ คือ ทุกข์ เหตุเกิดทุกข์ ความดับทุกข์และทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ เป็นธรรมที่เป็นหลักใหญ่ในพระพุทธศาสนา เป็นที่รวมของธรรมทั้งสิ้น พระพุทธองค์ได้ทรงพยากรณ์ในอริยสัจทั้ง ๔ นี้ ซึ่งเป็นคำพยากรณ์อันถูกต้องไม่มีผิดพลาด ไม่มีคำพยากรณ์อันใดจะถูกต้องแน่นอนเป็นอกาลิโกไม่ประกอบด้วยกาลเวลาคือถูกต้องแน่นอนเสมอไปเหมือนคำพยากรณ์ในอริยสัจทั้ง ๔ ของพระพุทธเจ้า และคำพยากรณ์นี้ก็เป็นคำพยากรณ์ชีวิตของทุก ๆ คน ทั้งที่เป็นส่วนอดีต ทั้งที่เป็นส่วนปัจจุบัน และทั้งที่เป็นส่วนภายหน้า ซึ่งล้วนเป็นไปตามพุทธพยากรณ์ในอริยสัจ ๔ ทั้งนั้น.

มองเมืองไทยทางพุทธบัญชร

๘ สิงหาคม ๒๕๒๐

การปฏิบัติพุทธศาสนาได้เป็นไปอย่างเสรีในประเทศไทยเรา ใครอยากจะบวชเรียนก็บวชเรียนได้ ใครอยากจะเข้าวัดฟังธรรมก็เข้าวัดฟังธรรมได้ ใครอยากจะบำเพ็ญกุศลอย่างไรก็บำเพ็ญได้ จึงเป็นขณะคือโอกาสที่หาได้ยากในประเทศอื่นในปัจจุบันนี้ เพราะฉะนั้นเราทั้งหลายจึงสมควรที่จะได้มีความสำนึกในโอกาสพิเศษ ซึ่งเราทั้งหลายได้รับอยู่ในขณะนี้ และควรที่จะมีความไม่ประมาท คือไม่มัวเมาเลินเล่อเผลอเพลิน และก็ควรที่จะได้สำนึกพิจารณาต่อไปว่าโอกาสพิเศษที่ยังมีอยู่นี้เพราะอะไร เมื่อกล่าวโดยส่วนรวมก็จะพึงกล่าวได้ว่าเพราะมีพระมหากษัตริย์เป็นองค์เอกอัครศาสนูปถัมภก มีรัฐบาลซึ่งเป็นผู้อุปถัมภ์ศาสนาทั้งหลาย ไม่เบียดเบียนศาสนาทั้งหลาย และเป็นผู้อุปถัมภ์ผู้ประพฤติธรรมไม่เบียดเบียนผู้ประพฤติธรรม รัฐบาลในที่นี้ก็หมายถึงผู้ปกครองประเทศ ซึ่งมีอำนาจหน้าที่ในการปกครอง เพราะฉะนั้นพุทธศาสนาจึงได้ดำรงอยู่ด้วยดี อันหมายถึงพระสงฆ์ก็ดำรงอยู่ด้วยดี วัดวาอารามทั้งหลายก็ดำรงอยู่ด้วยดี การทำนุบำรุงอุปถัมภ์ก็ดำรงอยู่ด้วยดี มีผู้นับถือนับตั้งแต่พระมหากษัตริย์ลงมาจนถึงประชาชนทั่วไป การที่เป็นดังนี้ ถ้าพิจารณาเข้าไปอีกว่าเพราะอะไร ก็จะพึงเห็นได้ว่าเพราะความดีของพุทธศาสนานั้นเองเป็นเหตุสำคัญส่วนใหญ่ ซึ่งทำให้มีผู้นับถือตั้งแต่องค์พระประมุขของประเทศชาติลงมา และความดีในพุทธศาสนานี้ ผู้ที่นับถือได้นำไปปฏิบัติบังเกิดผลประโยชน์ ทำให้ความดำรงอยู่ของหมู่ชนที่รวมกันอยู่นี้ ดำรงอยู่ได้ด้วยดีอาศัยหลักธรรมของพระพุทธศาสนามาเป็นข้อปฏิบัติ ความดำรงอยู่ได้ด้วยดีนี้ก็นับตั้งต้นแต่ครอบครัวหนึ่งขึ้นไปที่รวมกันอยู่จนถึงเป็นประเทศชาติ มารดาบิดากับบุตรธิดาต่างก็ปฏิบัติชอบต่อกัน ครูอาจารย์กับศิษยานุศิษย์ต่างก็ปฏิบัติชอบต่อกัน สามีกับภริยาต่างก็ปฏิบัติชอบต่อกัน มิตรกับมิตรต่างก็ปฏิบัติชอบต่อกัน นายกับผู้รับใช้หรือว่าผู้มีทรัพย์ที่ใช้ทรัพย์ลงทุนกับผู้ใช้แรงงานรับจ้างต่างก็ปฏิบัติชอบต่อกัน สมณะพราหมณ์อันหมายถึงพระทางศาสนากับผู้นับถือต่างก็ปฏิบัติชอบต่อกัน รวมความว่าหมู่ชนที่เกี่ยวข้องกัน อยู่ทุกฝ่ายต่างก็ปฏิบัติชอบ

ต่อกันตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้า เมื่อเป็นดังนี้จึงอยู่ด้วยกันด้วยดีมีความสุขความเจริญตั้งแต่กลุ่มน้อยจนถึงกลุ่มใหญ่ คือประเทศชาติ

พุทธศาสนาสมบูรณ์ด้วยความดีคือหลักธรรมคำสั่งสอนต่าง ๆ สำหรับผู้ที่จะนำไปประพฤติปฏิบัติเกื้อกูลดังกล่าว ฉะนั้นเมื่อทุกฝ่ายต่างได้ประพฤติปฏิบัติอยู่ตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้า ก็เรียกว่าประพฤติดีต่อกัน เกื้อกูลต่อกัน ทุกประเทศในโลกนี้แต่โบราณกาลต่างก็มีพระมหากษัตริย์เป็นประมุขปกครอง แต่ส่วนมากไม่ได้ใช้หลักธรรมของพระพุทธเจ้า เพราะฉะนั้นจึงมีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปต่าง ๆ ดังที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน แต่ว่าพระมหากษัตริย์ของไทยเราได้ทรงรับนับถือพุทธศาสนา ปฏิบัติตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้า ดังเช่นที่เรียกว่าทศพิธราชธรรม ธรรมของผู้ปกครองคือพระราชา ๑๐ ประการ ได้ทรงยึดถือเป็นหลักปฏิบัติตลอดมาทุกกาลสมัย พระมหากษัตริย์จึงได้ปรากฏเป็นสถาบันที่ตั้งมั่นอยู่ในจิตใจของคนไทยส่วมรวม และพุทธศาสนาเองก็สมบูรณ์ด้วยหลักธรรมต่าง ๆ ได้เป็นที่ตั้งแห่งศรัทธาปสาทะ ตั้งอยู่ในจิตใจของประชาชนอย่างมั่นคง และประชาชนทั่วไปได้อาศัยหลักธรรมดังกล่าวจึงได้รวมกันอยู่มั่นคงเป็นประเทศชาติ พ่อแม่ก็คงเป็นพ่อแม่ที่ดีอุปการะเลี้ยงดูลูก ลูกก็ปรากฏเป็นลูกที่ดีมีกตัญญูกตเวทีต่อพ่อแม่ ดังนี้เป็นต้น มีธรรมเป็นหลักยึดเหนี่ยวผูกพันจิตใจของกันอยู่ ฉะนั้นสถาบันชาติศาสนาพระมหากษัตริย์ไทยเรานี้จึงต่างจากสถาบันในประเทศต่าง ๆ ซึ่งไม่ได้รับนับถือหลักธรรมในพุทธศาสนามาเป็นเครื่องผูกพัน แต่ว่าสถาบันในประเทศไทยเรานี้ได้รับนับถือพุทธศาสนามาเป็นเครื่องผูกพัน จึงได้ดำรงมั่นแตกต่างจากประเทศชาติอื่น ๆ แม้ที่อยู่ใกล้เคียงกัน **สถาบัน ชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ของไทน จึงมิได้เป็นเพียงคำขวัญเท่านั้น แต่มีตัวตนจริง ๆ มีสาระ มีแก่นสาร มีความแข็งแกร่งจริง ๆ**

การที่พุทธศาสนาสามารถจะแสดงหลักธรรมเป็นเครื่องผูกพันดังกล่าวมานี้ก็เพราะว่าคนไทยเราได้มีประเพณีนับถือพุทธศาสนาที่เหมาะสม ปลูกฝังศรัทธา ปัญญา ลงในจิตใจของบุคคลทุกชั้น ทั้งโดยตรง ทั้งโดยอ้อม มาตั้งแต่ในอดีต ดังจะพึงเห็นได้ว่าพระสงฆ์ของประเทศชาติไทยเรานี้เมื่อได้เข้ามาบวชเรียนก็ศึกษาให้รู้พุทธศาสนาตามหลักสูตรที่ได้จัดกันขึ้นตามความเหมาะในสมัยนั้น ๆ และยังได้เรียนรู้วิชาที่ไม่ขัดขวางกันกับทางพระวินัย

หรือไม่ขัดขวางกันมากนัก แล้วก็ได้สั่งสอนเผยแผ่แก่ประชาชน กับช่วยเหลือประชาชนในด้านต่าง ๆ โดยที่ไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับการบ้านการเมือง แต่ว่ามุ่งช่วยด้วยจิตใจที่เป็นกุศลทั่ว ๆ ไป และได้มีพระเถระซึ่งเป็นนักปราชญ์ในพุทธศาสนาได้ปรับปรุงการปกครองการศึกษาในคณะสงฆ์ขึ้นเป็นคราว ๆ มา จนถึงในสมัยปัจจุบันก็ได้มีการจัดให้มีการศึกษาพุทธศาสนาสำหรับภิกษุสามเณรสำหรับคฤหัสถ์ สำหรับภิกษุสามเณรก็เป็นหลักสูตรนักธรรมตรี นักธรรมโท นักธรรมเอก สำหรับคฤหัสถ์ก็เรียกว่าธรรมศึกษาตรี โท เอก สำหรับผู้ที่เข้ามาบวชใหม่ก็ศึกษาตามหลักสูตรนักธรรมตรี อันเรียกว่านวกภูมิ

ธรรมเนียมบวชเรียนชั่วระยะเวลาในเทศกาลเข้าพรรษา คือไม่เกิน ๔ เดือน ได้มีใช้ในประเทศไทยนี้มาตลอดเวลาช้านาน และผู้ที่เข้ามาบวชเรียนชั่วระยะกาลอันสั้นนี้ ก็นับตั้งแต่องค์พระมหากษัตริย์ องค์รัชทายาทเป็นต้นลงมา ดังจะพึงเห็นได้ว่า พระมหากษัตริย์ไทยในอดีต ในสมัยกรุงสุโขทัย สมัยอยุธยา ก็มีปรากฏว่าเป็นพระมหากษัตริย์แล้วได้เสด็จออกทรงพระผนวชชั่วระยะเวลาหนึ่ง ในสมัยกรุงเทพ ฯ นี้ก็มีรัชกาลที่ ๕ กับรัชกาลปัจจุบันได้เสด็จออกทรงพระผนวชเมื่อเป็นพระมหากษัตริย์แล้ว รัชกาลอื่น ๆ ก็ได้ทรงพระผนวชตั้งแต่ยังไม่ได้เป็นพระมหากษัตริย์ และประชาชนทั่วไปก็นิยมออกบวชกัน เพราะฉะนั้นจึงมีโอกาสได้มาศึกษาพุทธศาสนา ให้รู้จักหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า อันล้วนเป็นคำสั่งสอนที่มีเหตุผล สามารถที่จะนำไปปฏิบัติให้บังเกิดเป็นประโยชน์ตนและประโยชน์ของส่วนรวมได้ ทั้งได้มาอยู่ร่วมกัน ผู้ที่มาอยู่ร่วมกันนี้ก็มาจากตระกูลต่าง ๆ กัน ฐานะต่าง ๆ กัน ความรู้ต่าง ๆ กัน แต่ก็มาอยู่ร่วมกันในพระธรรมวินัยอันเดียวกัน มาเป็นพี่น้องกันในพระธรรมวินัย และผู้ที่เข้ามาบวช ไม่ว่าจะเป็นผู้ใด แม้ท่านผู้สูงสุดคือเป็นพระมหากษัตริย์มา ทรงพระผนวช หรือพระยุพราชมาทรงพระผนวช ก็มาอยู่ร่วมกันกับภิกษุทั้งหลาย มีพระธรรมวินัยเสมอกัน เหมือนอย่างเป็นพี่น้องกันในพระธรรมวินัย จึงเป็นการหัดให้มีธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวต่อกัน ประการสำคัญคือให้มีสมานัตตตา คือความเป็นผู้มีตนเสมอกัน เสมอกันด้วยพระธรรมวินัย อันคนเรานั้นย่อมมีไม่เสมอกันในบางอย่าง เสมอกันในบางอย่าง ที่ไม่เสมอกันในบางอย่าง ก็เช่นว่า ฐานะทางทรัพย์เป็นต้นต่างกัน ฐานะทางตระกูลแม้ในบัดนี้จะถือว่าเสมอกัน แต่ความนับถือที่ต่างกันก็ยังมีอยู่ และนอกจากนี้รูปร่าง

ที่ต่าง ๆ กัน ดังเช่นบางคนสูง บางคนต่ำ ไม่เท่ากัน บางคนดำ บางคนขาว และอวัยวะในร่างกายนี้เช่นว่านิ้วทั้งห้าก็ไม่เท่ากัน ส่วนของร่างกายก็วางอยู่ไม่เท่ากัน เช่นว่าศีรษะก็อยู่ข้างบน เท้าก็อยู่ข้างล่าง ท้องก็อยู่ตรงกลาง เหล่านี้เป็นต้น ซึ่งจะเอามาจับวางให้เท่ากันหาได้ไม่ และนอกจากนี้กรรมที่ทำไว้ยังมีต่าง ๆ กัน บางคนทำดี บางคนทำชั่ว เรียกว่าต่างกันโดยกรรม คนที่ทำชั่วนั้นจะให้ไปเสมอกับคนที่ทำดีหาได้ไม่ คนที่ทำดีจะให้ไปเท่ากับคนที่ทำชั่วก็หาได้ไม่ จึงเรียกว่ายังมีต่าง ๆ กันโดยกรรม และความรู้ก็ยังมีต่าง ๆ กันอีกเหมือนกัน เรียนมากก็รู้มาก เรียนน้อยก็รู้น้อย ดังนี้เป็นต้น นี้เป็นส่วนที่ต่าง ๆ กันในบางอย่าง ทีนี้ส่วนที่เสมอกันนั้นก็เป็นต้นว่ามีความเป็นมนุษย์เสมอกัน เพราะว่าเกิดโดยชาติแห่งมนุษย์เสมอกัน และเมื่อเกิดมาแล้วก็จะต้องแก่เจ็บตายเหมือนกัน จะต้องประกอบด้วยลักษณะที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เสมอกันหมด แม้โดยกรรมเอง ทุกคนผู้ทำกรรม แม้จะต่างกันโดยกรรม ก็เสมอกันโดยที่มีกรรมเป็นของตน เป็นทายาทรับผลแห่งกรรมที่ตนทำเหมือนกันหมด ไม่มียกเว้นใคร นี้เป็นข้อที่เสมอกัน และนอกจากนี้ยังเสมอกันได้โดยที่ประพฤติพระธรรมวินัยร่วมกันเสมอกัน ทั้งเมื่อปฏิบัติในสาราณียธรรม ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความรักเคารพกัน คือว่าตั้งเมตตา กายกรรม วจีกรรม มโนกรรม ต่อกัน เฉลี่ยเผื่อแผ่เจือจานลาภที่ได้มาโดยชอบธรรมให้แก่กัน ประพฤติศีลเสมอกัน มีทิฐิคือความเห็นที่ตรงต่อพระธรรมวินัยเสมอกัน ดังนี้แล้วก็แปลว่าเป็นผู้มีตนเสมอกัน และแม้ว่าจะมาจากตระกูลที่ต่างกัน ฐานะที่ต่างกัน อย่างอื่นที่ต่างกันดังกล่าวมาข้างต้น เมื่อมีความเสมอกัน มีความเคารพรักกันอยู่ดังนี้ ก็แปลว่าไม่มีช่องว่าง เมื่อไม่มีช่องว่างต่อกันก็ย่อมจะมีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ที่เรียกว่าสามัคคีเอกีภาพ เอกีภาพคือความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เพราะฉะนั้นจะพึงเห็นได้ว่าคนเรานั้นมีฐานะต่าง ๆ กันอยู่ตั้งแต่อยู่ในครอบครัว แต่ว่ามีความรักความเคารพเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน แปลว่าไม่มีช่องว่างในระหว่างกัน เป็นต้นว่า พ่อแม่กับลูก อันว่าพ่อแม่กับลูกนั้น อันที่จริงก็เป็นคนละชั้น จะให้พ่อแม่กับลูกเสมอกันนั้นไม่ได้ พ่อแม่ก็เป็นพ่อแม่ ลูกก็เป็นลูก นี้เป็นข้อที่ต่างกัน แต่ว่าพ่อแม่กับลูกนั้นเมื่อปฏิบัติชอบต่อกันมีความรักเคารพกันแล้วก็เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เรียกว่ามีสามัคคีเอกีภาพ ไม่มีช่องว่างในระหว่างกันดังนี้ เรื่องช่องว่างนี้ได้มีภาษิตโลกนิติแสดงไว้นานมาแล้ว ว่า

รักกันอยู่ขอบฟ้า เขาเขียว
เสมือนอยู่หอแห่งเดียว ร่วมห้อง
ชังกันบ่แลเหลียว ตาต่อ กันมา
เหมือนขอบฟ้ามาป้อง ป่าไม้มาบัง

ได้ความว่า รักกันนั้นแม้จะอยู่ไกลกันสุดหล้าฟ้าเขียวก็เหมือนอย่างอยู่ใกล้กัน แต่ถ้าชังกันแม้จะอยู่ร่วมห้องกันก็เหมือนมีขอบฟ้ามากั้นมีป่าไม้มาบัง นี้แสดงถึงช่องว่างกับความไม่มีช่องว่างดังที่พูดกันในปัจจุบัน อันที่จริงคำว่าช่องว่างนี้เป็นคำใหม่ที่ใช้พูดกัน แต่อรรถคือความหมายนั้นเป็นสิ่งที่ภาษิตของไทยเราได้แสดงมาแล้วดังในภาษิตโคลงโลกนิตินั้น คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแม้ที่ได้แสดงมาแล้ว เป็นคำสั่งสอนที่ทำให้บุคคลทุก ๆ ชั้นทุก ๆ คนมีความสามัคคีกลมเกลียวเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันดังกล่าว ชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ไทยจึงกลมเกลียวเป็นอันหนึ่งอันเดียว และอิงกันอยู่เหมือนอย่างไม้ ๓ อันอิงกันอยู่อย่างมั่นคง

พิมพ์ที่โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม ๔๗ ถนนเฟื่องนคร หลังกระทรวงมหาดไทย กรุงเทพมหานคร

โทร. ๒๒๒๑๗๔๖ นายมณี รุ่งเรืองธรรม ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. ๒๕๒๖